



Die Checkliste dient dir und mir dazu, Klarheit zu bekommen, wie es dir und deinem Kind in der Natur, in Wald und Wiese, mit den Naturkräften und in bestimmten Situationen geht.

So findest du heraus, ob es sich gut anfühlt, dein Kind an dieser Naturerfahrung gemeinsam mit anderen teilnehmen zu lassen.


Dazu schildere ich verschiedene Situationen und du setzt dein Kreuz genau dorthin, wie du dich fühlst. Von wohlig-blau  bis unwohl-gelb.


Und denke nicht darüber nach. Setze nach deinem ersten Gefühl. Das ist das ehrlichste.


Wie fühlst du dich, wenn du in der Natur bist? 


Wie geht es dir in der offenen Fläche, den Wiesen und Feldern? 


Wie geht es dir, wenn dein Kind mit seinen Freunden draußen spielt? 

Wie geht es dir, wenn dein Kind mit Freunden auf Entdeckungsreise in den nahegelegenen Wald geht? 

Im Frühling erwacht alles und blüht und kriecht besonders gern in hohem Gras und wir lassen uns einfach mitten drin fallen. 


Insekten und Bienen tummeln sich um uns, da wir gerade eine Vesper-Pause machen. 


Dein Kind wird von einer Biene gestochen und mit dem Erste-Hilfe-Kasten der Naturmedizin um uns herum von mir versorgt. 


Dein Kind hat eine Wurzel nicht gesehen, fällt hin und hat eine blutige Schürfwunde am Knie. Ich versorge es mit dem Erst-Hilfe-Set. 


Kletterst du gerne auf Steinen? 

Kletterst du lieber auf Bäumen? 

Tannenzapfen riechen gut und manchmal sind sie auch voll mit Harz. 

Es ist ein sonniger Tag, doch plötzlich kommt Wind auf und mit ihm ziehen die Wolken zusammen. Man hört aus der Ferne bereits das erste Donnern. 

Wir verlassen den großen Weg und laufen aufmerksam abseits der üblichen Pfade, über Stock und Stein und durch das Dickicht. 

Es gibt 2 Kinder, die haben zu wenig Vesper dabei und es wird geteilt. 

Ich freue mich, dass du dich darauf eingelassen hast.

Nun schau noch mal hin, ob es dir überwiegend gut geht oder du dich eher unwohl fühlst in Wald und Wiese und entscheide dich dann, ob du dabei bist/ dein Kind dabei ist.

Ich freue mich über dein Feedback.

Von Herzen JA (Judith Anders)