

Warum deine Waldtage mit weniger Programm gestalten?

Du stehst im Wald. Drei Aktivitäten vorbereitet. Fünf Baumarten im Kopf. Material für ein Schnitz-Projekt im Rucksack. Die Kinder springen aus dem Auto – und sind innerhalb von zwei Minuten weg.

Nicht weit. Aber in ihrer eigenen Welt.

Eines klettert auf einen umgefallenen Baum. Ein anderes findet "den perfekten Stock". Zwei stehen fasziniert vor einem Baumstumpf und starren auf etwas, das du nicht sehen kannst.

Und du? Du stehst da mit deinem Plan.

Genau in diesem Moment entscheidet sich, ob du Kinder begleitest – oder bespaßt.

Der perfekt geplante Waldtag

Wir wollen draußen alles richtig machen.

Wir planen den perfekten Waldtag.

Haben drei Aktivitäten vorbereitet.

Kennen die Namen von fünf Bäumen.

Haben Material dabei für ein Schnitz-Projekt.

Und eine Geschichte im Kopf, die wir am Feuer erzählen wollen.

Wir meinen es gut.

Wir wollen den Kindern etwas mitgeben.

Ihnen die Natur zeigen.

Ihnen Wissen vermitteln.

Ihnen Erlebnisse schenken.

Aber weißt du, was ich in den letzten Jahren immer mehr verstanden habe?

Oft nehmen wir ihnen dabei genau das, was sie wirklich brauchen.

Was an einem Samstag im Frühjahr passierte

Ich erinnere mich an einen Samstag im Frühjahr. Ich hatte einen Kurs mit Familien. Eltern mit ihren Kindern. Wir wollten zusammen einen Tag im Wald verbringen.

Ich hatte alles vorbereitet. Einen Ablauf im Kopf.

Erste Station: Wir schauen uns Baumknospen an.

Zweite Station: Wir suchen Tierspuren.

Dritte Station: Wir bauen gemeinsam einen kleinen Unterschlupf.

Klingt gut, oder?

Wir kamen im Wald an. Die Kinder sprangen aus den Autos. Und innerhalb von zwei Minuten waren sie weg.

Nicht weit weg. Aber sie waren in ihrer eigenen Welt.

Ein Mädchen entdeckte einen umgefallenen Baum und kletterte drauf. Ein Junge fand einen Stock – den perfekten Stock, wie er sagte – und schwang ihn wie ein Schwert. Zwei andere Kinder standen an einem Baumstumpf und schauten fasziniert auf etwas, das ich nicht sehen konnte.

Und ich stand da mit meinem Plan.

Ich spürte diesen inneren Druck:

"Los, Martin. Fang an. Du hast etwas vorbereitet. Die Eltern erwarten was von dir. Die haben dafür bezahlt."

Aber dann habe ich etwas gemacht, was mir nicht leichtfiel: Ich habe meinen Plan weggepackt.

Ich bin zu den beiden Kindern am Baumstumpf gegangen. Habe mich dazugehockt. Und gefragt: "Was habt ihr denn da entdeckt?"

Sie zeigten mir einen Käfer. Einen kleinen, schwarzen Käfer, der langsam über die Rinde krabbelte.

"Schau mal, wie der läuft", sagte der eine Junge. "Der hat so komische Beine."



Und dann haben wir zusammen diesen Käfer beobachtet. Zehn Minuten lang. Fünfzehn Minuten.

Wir haben geschaut, wie er über die Rinde läuft. Wie er in eine Ritze verschwindet. Wie er wieder rauskommt.

Die Kinder haben Fragen gestellt.
Haben Vermutungen geäußert.
Haben gelacht, als der Käfer über einen Finger gekrabbelt ist.

Und weißt du was? Das war der Moment des Tages.

Nicht die Baumknospen, die wir uns hätten anschauen können.
Nicht die Tierspuren, die wir hätten suchen können.
Nicht der Unterschlupf, den wir hätten bauen können.

Sondern dieser Käfer.

Weil die Kinder ihn gefunden haben.
Weil sie neugierig waren.
Weil sie Zeit hatten, einfach zu schauen.

Was wir wegnehmen, wenn wir zu viel geben

Und genau das ist der Punkt.

Wir nehmen den Kindern etwas weg, wenn wir zu viel planen.
Wenn wir zu viel erklären.
Wenn wir zu viel "anbieten".

Wir nehmen ihnen die Zeit.

Zeit, einfach zu sein.
Zeit, selbst zu entdecken.
Zeit, ihren eigenen Impulsen zu folgen.

Kinder brauchen im Wald nicht ständig Input. Sie brauchen nicht alle fünf Minuten eine neue Aktivität.
Sie brauchen nicht, dass wir ihnen jeden Baum erklären und jede Spur deuten.

Was sie brauchen, ist Raum.

Raum, um ihre eigene Neugier zu entfalten.
Raum, um zu spielen.
Raum, um einfach da zu sein.



Und sie brauchen jemanden, der da ist.
Der präsent ist. Der aufmerksam ist. Der sieht, was gerade passiert.

Aber nicht jemanden, der ständig etwas will.
Der ständig eine Agenda hat.
Der ständig den nächsten Programmpunkt im Kopf hat.

Das ist der Unterschied zwischen Begleiten und Bespaßen.

Bespaßen heißt:

Ich habe einen Plan.
Ich führe durch.
Ich Sorge dafür, dass keine Langeweile aufkommt.
Ich bin der Entertainer.

Begleiten heißt:

Ich bin da.
Ich schaue, was passiert.
Ich folge den Impulsen der Kinder.
Ich gebe Raum.

Und wenn es nötig ist, gebe ich einen Impuls – aber nur dann.

Warum uns das so schwerfällt

Aber warum fällt uns das so schwer?

Ich glaube, es hat mehrere Gründe.

Erstens: Wir sind es nicht gewohnt.

Wir leben in einer Welt, in der immer etwas passieren muss. In der Leerlauf als Verschwendung gilt. In der wir ständig produktiv sein sollen.

Und diese Haltung nehmen wir mit in den Wald.

Wir denken:

Wenn nichts passiert, war der Tag nicht gut. Wenn die Kinder "nur" spielen, haben sie nichts gelernt.

Aber das stimmt nicht.

Gerade im freien Spiel, im selbstbestimmten Entdecken, lernen Kinder am meisten. Nicht Fakten.

Aber etwas viel Wichtigeres: Selbstvertrauen. Kreativität. Die Fähigkeit, selbst Entscheidungen zu treffen.

Zweitens: Wir haben Angst vor der Bewertung.

Wenn wir mit einer Gruppe unterwegs sind – als Pädagogin, als Kursleiterin – dann spüren wir die Erwartung.

Die Eltern haben bezahlt. Die wollen, dass ihre Kinder etwas erleben. Etwas lernen. Nach Hause kommen und erzählen: "Das war toll!"

Und wir denken: Das passiert nur, wenn ich etwas anbiete. Wenn ich einen vollen Programmablauf habe. Wenn ich neue Dinge einbringe.

Aber auch das stimmt nicht.

Die schönsten Geschichten, die Kinder nach Hause tragen, sind oft die, die nicht geplant waren. Der Käfer. Der Stock. Der umgefallene Baum.

Drittens: Wir wollen helfen.

Wir wollen es den Kindern leichter machen.

Wir wollen ihnen den Weg zeigen.

Wir wollen, dass sie schnell Erfolgserlebnisse haben.

Und deshalb greifen wir ein.

Erklären. Helfen. Geben Tipps.

Aber manchmal – nicht immer, aber manchmal – ist genau das das Problem.

Weil wir ihnen damit die Möglichkeit nehmen, selbst etwas herauszufinden. Selbst zu entdecken. Selbst zu scheitern. Selbst einen Weg zu finden.

Der Unterschied zwischen Nichtstun und Da-Sein

Jetzt könnte man sagen: "Okay, Martin. Aber wenn ich nichts mache – was ist dann meine Rolle?"

Und das ist eine berechtigte Frage.

Es geht nicht darum, nichts zu tun.

Es geht nicht darum, die Kinder einfach sich selbst zu überlassen und auf der Bank zu sitzen und aufs Handy zu schauen.

Es geht um etwas anderes: **Um präsentes Da-Sein.**



Das bedeutet:

Du bist aufmerksam.

Du siehst, was passiert.

Du nimmst wahr, wo die Energie ist.

Wo die Neugier ist.

Wo vielleicht auch ein Konflikt entsteht oder jemand Unterstützung braucht.

Du bist bereit einzugreifen – wenn es nötig ist.

Wenn es um Sicherheit geht.

Wenn jemand wirklich Hilfe braucht.

Wenn eine Situation eskaliert.

Aber du bist auch bereit, zurückzutreten.

Zu warten. Zu schauen, was passiert.

Das ist eine Kunst. Eine Übung.

Und ich sage ganz ehrlich: Ich übe das immer noch.

Aber je mehr ich es tue, desto mehr sehe ich, wie wertvoll es ist.

Was wirklich passiert, wenn wir Raum geben

Lass mich dir noch ein Beispiel geben.

Ich hatte mal eine Gruppe von Kindern – so zwischen sieben und zehn Jahren. Wir waren im Wald. Und irgendwann fingen zwei Jungs an, Stöcke zu sammeln.

Sie legten die Stöcke in einem Kreis auf den Boden.
Und dann begannen sie, mehr Stöcke zu sammeln. Und mehr. Und mehr.

Ich stand daneben und schaute zu. Fragte mich: Was machen die da?

Nach einer Weile kamen andere Kinder dazu. Fragten: "Was baut ihr?"

Die Jungs antworteten: "Ein Haus. Für einen Fuchs."



Und dann bauten alle zusammen. Sie legten die Stöcke immer höher. Diskutierten, wie die Wände sein sollten. Wo der Eingang sein muss. Ob das Dach stabil genug ist.

Es entstand eine richtige Zusammenarbeit.
Ohne dass ich irgendwas gesagt hatte.
Ohne dass ich einen Impuls gegeben hatte.

Die Idee kam von den Kindern. Die Umsetzung auch. Die Lösung der Probleme – zum Beispiel, dass die Wände immer wieder umfielen – auch.

Und am Ende hatten sie etwas geschaffen, auf das sie unglaublich stolz waren.

Hätte ich in diesem Moment gesagt: "Kommt, wir schauen uns jetzt mal die Baumrinde an" – dieses Erlebnis wäre nicht entstanden.

Hätte ich gesagt: "Lasst mich euch zeigen, wie man einen stabilen Unterschlupf baut" – sie hätten nicht selbst lernen können.

Aber weil ich Raum gegeben habe, ist etwas Echtes entstanden.

Die drei Ebenen, auf denen wir eingreifen können

Jetzt will ich noch etwas klären.

Weil es nicht darum geht, nie zu intervenieren. Es geht darum, bewusst zu entscheiden, wann und wie.

Ich unterscheide drei Ebenen:

Erste Ebene: Sicherheit

Wenn es um Sicherheit geht, greife ich sofort ein. Klar. Direkt.

Wenn ein Kind etwas Giftiges in den Mund nehmen will.

Wenn jemand auf einen morschen Ast steigt.

Wenn ein Konflikt gewalttätig wird.

Da gibt es keine Diskussion.

Da bin ich klar. Da bin ich Erwachsener mit Verantwortung.

Zweite Ebene: Unterstützung

Wenn ein Kind frustriert ist. Wenn jemand nicht weiterkommt. Wenn eine Gruppe sich festgefahren hat.

Dann kann ich einen Impuls geben.

Eine Frage stellen.

Eine Idee anbieten.

Aber ich warte erst mal. Ich schaue, ob sie es selbst schaffen. Und wenn nicht, dann bin ich da.

Dritte Ebene: Impuls

Und dann gibt es Momente, in denen ich merke: Jetzt könnte ein Impuls von mir die Erfahrung vertiefen.

Zum Beispiel, wenn die Kinder am Feuer sitzen und ruhig werden.

Dann kann ich eine Geschichte erzählen.

Oder eine Frage stellen.

Oder einfach ein Lied anstimmen.

Aber auch das: Nur, wenn der Moment passt. Nur, wenn ich spüre, dass sie offen dafür sind.

Nicht, weil ich meinen Plan durchziehen will.



Lies auch

[Feuer machen mit Kindern: Tipps für ein gelungenes Lagerfeuer](#) – Feuermachen mit Kindern: Checkliste und sicherer Umgang am Lagerfeuer für ein unvergessliches Abenteuer!

Was das mit uns selbst macht

Und weißt du, was das Verrückte ist?

Wenn wir aufhören, ständig etwas "machen" zu müssen, dann entspannen wir uns auch.

Wir sind nicht mehr der Entertainer.
Wir sind nicht mehr unter Druck.
Wir werden zum Leuchtturm.

Wir können auch einfach da sein.
Können selbst den Wald spüren.
Können aufatmen.

Und das merken die Kinder.

Sie spüren, ob wir gestresst sind.
Ob wir eine Agenda haben.
Ob wir eigentlich gerade woanders sein wollen.

Oder ob wir wirklich präsent sind. Wirklich da. Wirklich bei ihnen.

Und wenn wir das sind – dann können sie es auch sein.

Lies auch

[15 Waldspiele, mit denen deine Kinder garantiert Spaß im Wald haben](#) – Was wäre, wenn deinen Kindern im Wald nie langweilig wird und sie die Natur kennenlernen? Mit den 15 Waldspielen werden deine Kindern definitiv Spaß haben.

Der Impuls für dich

Also, hier ist mein Impuls für dich:

Plane deinen nächsten Waldtag mit weniger.

Nimm dir vor, nur einen Impuls zu geben. Oder sogar gar keinen. Oder eben weniger.

Sag einfach: "Wir sind jetzt zwei Stunden hier. Schaut, was ihr entdeckt."

Und dann: Halt dich zurück.

Sei da. Sei aufmerksam.

Sei bereit einzugreifen, wenn es nötig ist.

Aber lass den Kindern den Raum, selbst zu entdecken.

Selbst zu spielen. Selbst zu sein.

Und beobachte, was passiert.

Ich verspreche dir: Du wirst überrascht sein.

Nicht, weil du etwas Großartiges geplant hast. Sondern weil du Raum gegeben hast für das, was von selbst entstehen will.

Das ist Naturverbundung.

Nicht das Programm. **Sondern der Raum.**

PS: Hab immer im Kopf: Es kommt vor, dass nicht alles perfekt läuft. Manche Kinder brauchen viel Zeit, um mit der Situation zurechtzukommen. Sie haben Langeweile. Sie sind frustriert. Sie kennen nur [Reels](#) und [TikTok](#). Gib ihnen die Zeit, sei da. Sei der Leuchtturm und Sorge für Orientierung.



Wenn du tiefer einsteigen willst

Wenn dich dieses Thema interessiert – wenn du wissen willst, wie du mit deinen Kindern echte Abenteuer draußen erleben kannst, ohne ständig Programm machen zu müssen (und sie vom Tablet wegbekommst) – dann habe ich etwas für dich.

Am 15. November 2025 erscheint mein neues Buch: "[Abenteuer statt Algorithmus](#)" (*Wie du mit wildnispädagogischen Methoden echte Abenteuer für deine Kinder erschaffst – direkt vor der Haustür*).

In diesem Buch teile ich, was ich in den letzten Jahren gelernt habe. Über Naturverbindung. Über das Begleiten von Kindern. Über die kleinen und großen Momente draußen, die wirklich zählen.

Es ist kein Methodenbuch im klassischen Sinn. Es ist ein Buch über Haltung. Über Präsenz. Und über die Frage: Wie schaffen wir Räume, in denen unsere Kinder wieder lebendig werden?

Wenn du magst, schau gerne mal rein, wenn es erscheint.

Über den Autor des Ratgebers

Martin Gebhardt



Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine [35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks](#), um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner ["Über mich"-Seite](#).

Besuche ihn auf seiner Website <https://survival-kompass.de>