

# GRÜNE TEXTE

## Die NEUEN NATURTHERAPIEN

Internetzeitschrift für Garten-, Landschafts-, Waldtherapie,  
Tiergestützte Therapie, Green Care, Green Meditation,  
Ökologische Gesundheit, Ökopsychosomatik  
(peer reviewed)

2015 begründet und herausgegeben von

*Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold (EAG)*

In Verbindung mit:

**Gartentherapie:**

*Konrad Neuberger*, MA, D Düsseldorf, *Edith Schlömer-Bracht*, Dipl.–Sup. D Brilon

**Tiergestützte Therapie:**

*Dr. phil. Beate Frank*, D Bad Kreuznach, *Ilonka Degenhardt*, Tierärztin, D Neuwied

**Landschafts- und Waldtherapie:**

*Bettina Ellerbrock*, Dipl.-Soz.-Päd. D Hückeswagen, *Christine Wosnitza*, Dipl. Biol., D Wiehl

**Gesundheitsberatung, Health Care:**

*Doris Ostermann*, Dipl.-Soz.-Päd., D Osnabrück, *Dr. rer. pol. Frank-Otto Pirschel*, D Bremen

**Ernährungswissenschaft, Natural Food:**

*Dr. med. Susanne Orth-Petzold*, MSc. Dipl. Sup., D Haan, *Dr. phil. Katharina Rast-Pupato*, Ch Zürich

**Green Meditation:**

*Ilse Orth*, Dipl.-Sup. MSc., D Erkrath, *Tom Ullrich*, Dipl.-Soz.-Arb. D Ulm

**Ökopsychosomatik:**

*Dr. med. Ralf Hömberg*, D Senden, *Dr. mult. Hilarion Petzold*, D Hückeswagen

**Naturgestützte Integrative Therapie:**

*Dr. med. Otto Hofer-Moser*, Au Rosegg, *Susanne Heule*, Psychol. Lic. rer. publ. CH Zürich

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper, Hückeswagen.

Grüne Texte ISSN 2511-2759

Ausgabe 08/2021

## TERAPIA DE BOSQUE INTEGRATIVA EN CENTROS DE EDUCACIÓN INFANTIL (Waldtherapie im Kindergarten) \*

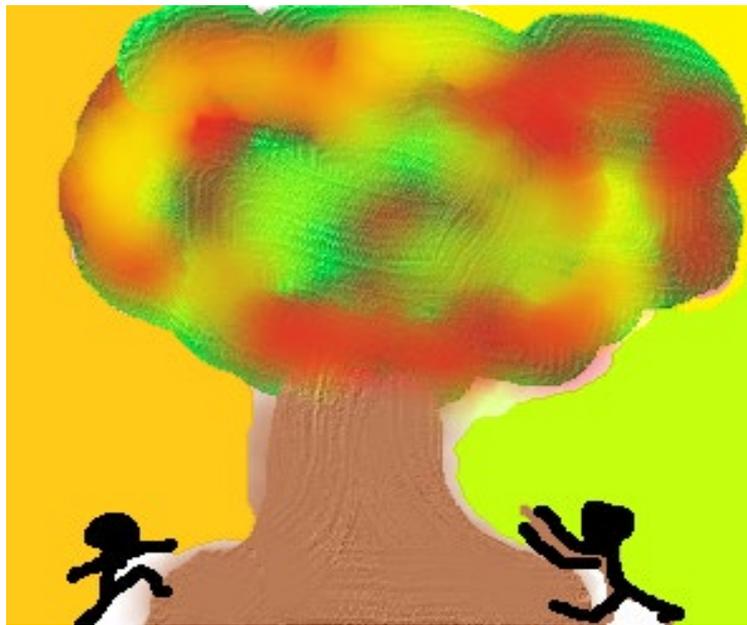
*Eva Maria Martín Cueva*, Berlin \*\*

---

\* Aus der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung, Hückeswagen (Leitung: Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold, (Prof. Dr. phil. Johanna Sieper † 26.9.2020). Mailto: [forschung@integrativ.eag-fpi.de](mailto:forschung@integrativ.eag-fpi.de), oder: [info@eag-fpi.de](mailto:info@eag-fpi.de), Information: <http://www.eag-fpi.com>) und der „Deutschen Gesellschaft für Naturtherapie, Waldtherapie/Waldmedizin und Green Care – DGN e.V.“ <https://www.eag-fpi.com/deutsche-gesellschaft-fuer-naturtherapie-waldmedizin-und-green-care-dgn/>

\*\* EAG-Weiterbildung ‚Garten- und Landschaftstherapie im Integrativen Verfahren®‘.

GutachterInnen/BetreuerInnen: Prof. Dr. Hilarion G. Petzold / Ulrike Mathias-Wiedemann, Dipl.-Päd.



# ÍNDICE

## 1- Presentación del Tema

1.1 Objetivos.

1.2 Grupo objeto.

## 2- La Terapia de Bosque Integrativa en Centros de Educación Infantil

2.1 ¿Qué factores tiene que tener en cuenta el terapeuta en referencia a un grupo de niños?

2.2 Los 14 plus 3 recursos de sanación.

2.3 Base antropológica de las Nuevas Terapias Integrativas.

2.4 Conocer y detectar las necesidades de los niños.

2.5 ¿Cómo interviene el terapeuta ante las necesidades individuales y grupales?

2.6 Cómo preparar un día en el bosque. Datos técnicos.

## 3- Conclusiones y resumen del estudio / Palabras clave

Summary / Keywords

## 4- Literatura

# 1- Presentación del Tema

El tema elegido para este trabajo final es: “Terapia de Bosque Integrativa en Centros de Educación Infantil”.

La línea a seguir de este trabajo se basa en los fundamentos de la “*Terapia Integrativa*” que el Dr. Petzold lleva desarrollando desde los años 70 como “Nuevo Modelo de las Terapias Naturales” “ (*Petzold 2013g, 2016i; Petzold, Ellerbrock, Hömberg 2018*)”

Como base principal de este estudio, se van a emplear “Los 14 plus 3 factores o recursos de sanación” (*Petzold 1993p, 2012h*) de la “Terapia Integrativa” que serán los hilos conductores para diseñar y desarrollar dinámicas grupales y actividades y como canal, se va a utilizar el bosque.

¿Por qué la elección de este tema?

El ritmo frenético de la vida actual, el poco contacto con la naturaleza y las infraestructuras urbanísticas que limitan los espacios verdes, principalmente en las grandes y medianas metrópolis, pueden suponer un obstáculo para el desarrollo y aprendizaje de los niños.

Muchos niños pasan de lunes a viernes hasta los 6 años bastantes horas en instituciones como pueden ser, por ejemplo, Centros de Educación Infantil.

Por estas razones citadas, los aportes de la “Terapia Integrativa de Bosque” en el ámbito de la educación son muy interesantes para tener en consideración.

Para llevar a cabo este tipo de terapia se propone establecer un “Día de Bosque” semanal en los centros, en el cuál, además, se pueda disfrutar de los beneficios de la naturaleza y se aprenda a cuidarla y amarla.

Cuando hablamos de desarrollo y aprendizaje en “Terapia Integrativa” se hace desde el enfoque del modelo biopsicosocial y ecológico y con esto nos referimos a contemplar a los seres humanos, en este caso a los niños, desde una amplia perspectiva como seres con sus necesidades de desarrollo a nivel biológico, psíquico y social en un contexto ecológico y de carácter continuo (*vgl. Petzold 1965, 2003e*). Y siguiendo el modelo de “Agogik Integrativa”, ha de darse espacio en la vida del infante para que este desarrollo se realice de la mejor manera posible, siguiendo un camino creativo tanto para enseñar como para aprender.

“Integrative Agogik sieht den Menschen ganzheitlich und differentiell als “Körper-Seele-Geist-Wesen in einem sozialen und ökologischen Umfeld” (*Petzold 1974k*), als `Leib-Subjekt in der Lebenswelt`“ (*Sieper, Petzold 1993c, 362*)

## 1.1 Objetivos

Un “Día de Bosque” no es solo una excursión al bosque. Para que realmente sea algo que funcione como una actividad terapéutica necesita de una estructura, una línea que seguir y unos objetivos claros, que en este caso se van a apoyar en los factores o recursos de sanación de la “Terapia Integrativa”.

Teoría y práctica entran en este estudio unidas, por lo tanto se hablará sobre los factores de sanación y figurarán también ejemplos de actividades y dinámicas para llevar a la práctica.

**El objetivo general** de la “*Terapia Integrativa*” en este estudio sería promover y facilitar el proceso integral de desarrollo de los niños y niñas utilizando como canal el bosque para promover el bienestar biopsicosocial y ecológico.

De este objetivo general sacamos unos objetivos más específicos que nos va a ayudar a llegar a este objetivo general:

### **Objetivos específicos**

1- Dar estructura y sentido al desarrollo de un “Día de Bosque” en los Centros de Educación Infantil.

Y dentro de éste objetivo específico, el “Día de Bosque” tiene sus propios objetivos específicos:

- \* Promover la integración de todos los miembros en el grupo basándonos en el respeto y aceptación de todos los miembros.
- \* Acercar a los niños a la naturaleza aprendiendo a disfrutarla, valorarla y cuidarla.
- \* Utilizar el bosque como lugar para impulsar la creatividad, fomentar el movimiento y el aprendizaje.

## 1.2 Grupo objeto.

El grupo objeto del estudio son niños entre los 4 y los 6 años de edad que acuden a Centros de Educación Infantil.

El tamaño del grupo no va a ser superior a los 9 participantes.

Antes de seguir profundizando es importante hacer un inciso:

Existen actualmente diversidad de tipos de Centros Educativos Infantiles, entre ellos podemos citar algunos ejemplos:

- Centros que acogen a un elevado número de niños y niñas (+ de 100) y en su organización de las aulas no figura la mezcla de edades. Son aulas con niños de edades homogéneas.

- Centros donde los niños de diferentes edades están mezclados y comparten los espacios de juego. Suelen ser centros que acogen un menor número de niños en sus instalaciones.
- Centros de Educación Infantil de bosque. En estos centros, el día a día de los niños tiene lugar directamente en la naturaleza.

El segundo tipo de centro descrito suele ser, por sus características, donde este tipo de propuesta de “Día de Bosque” de manera regular puede ser más factible debido al menor número de niños y la flexibilidad en su organización.

El grupo que sale al bosque no debiera superar los 9 miembros, esto facilita tanto el trabajo del terapeuta, para poder llegar a todos los participantes, como la atención y relación de los niños entre sí, donde cada uno tiene su espacio y su rol reconocido.

Más de 9 participantes provoca que los niños pierdan de vista al conjunto de los miembros del grupo.

Aunque el “Día de Bosque” está recomendado para todas las edades, en este estudio se va a trabajar solo con el rango que va de los 4 a los 6 años con el objetivo de poder centrarnos en las necesidades más comunes en estas fases del desarrollo.

## **2- La Terapia de Bosque en los Centros de Educación Infantil**

Para conseguir una optimización del “Día de Bosque” semanal con fines terapéuticos se tiene que tener en cuenta la edad, el género y la cultura de la que provienen cada niño y niña.

En las ciudades hay mucha multiculturalidad y conocer los aspectos importantes de la cultura de los niños que forman parte del grupo es importante y enriquecedor.

Y del mismo modo, conocer las distintas fases del desarrollo infantil, generalmente ligadas a la edad, ayudan a comprender las necesidades que pueden ir surgiendo en cada etapa.

En este apartado hay diversos puntos a tratar y preguntas que resolver:

## 2.1- ¿Qué tiene que tener en cuenta el terapeuta en referencia a un grupo de niños?

En las “Terapias Integrativas” con los niños se tiene en cuenta:

- El convoy: la familia y las redes sociales. Los niños no están solos, conviven con diferentes personas en ambientes diversos.

*(„Als Konvoi werden Soziale Netzwerke bezeichnet, die auf der Kontinuumsdimension betrachtet werden, denn der ‚Mensch fährt nicht allein auf der Lebensstrecke, sondern mit einem Weggeleit‘ (Petzold 1969c).*

- Los factores de protección:

\* Factores de protección externos que aportan la familia, la comunidad, los recursos sociales y los materiales.

\* Factores de protección internos que son principalmente las competencias cognitivas y emocionales.

Ambos factores de protección aseguran el funcionamiento óptimo de la regulación genética y el uso de redes neuronales (es decir, los patrones/esquemas cognitivos, emocionales y volicionales asociados) en el desarrollo y el curso de la vida. Se amortiguan las influencias externas neurofisiológica e inmunológicamente estresantes/sobrecargantes (ej. hiperestrés) o apoyan la afrontación y/o la creación de nuevas soluciones, para que las redes disfuncionales no se desarrollen, más bien, se pronuncian las regulaciones genéticas y las conexiones de red neuronal (es decir, "mapas" cognitivos-emocionales y volicionales y patrones de proceso/narrativas) que surgen con ella, que obtienen una capacidad de carga especial (robustez) o una capacidad de afrontamiento efectiva o una competencia de diseño especial (potencial de creación). Un resultado tan complejo de los efectos protectores puede llamarse "resiliencia" desde un punto de vista neurobiológico, que luego está disponible como un "factor protector" interno y amplifica los efectos de los factores y recursos de protección internos y externos existentes." (Petzold 2000h).

- La resiliencia: La resiliencia es la capacidad de los seres humanos para adaptarse positivamente a situaciones adversas, sobreponerse a contratiempos e incluso poder resultar fortalecido por los mismos, donde no solo se tiene en cuenta la capacidad innata, también es influyente el entorno social, familiar y cultural donde se ha desarrollado la persona.

Para trabajar favoreciendo estos factores de protección y la resiliencia se va a intervenir utilizando “Los 14 plus 3 recursos de sanación”.

## 2.2 - Los 14 plus 3 recursos de sanación

*(Petzold 1993p, 2012h)*

(Traducción del alemán)

- Comprensión sensible.
- Aceptación y apoyo emocional.
- Ayuda con la vida práctica realista, apoyo de vida.
- Promover la expresión emocional.
- Promover los conocimientos, experiencias sensoriales y experiencias de evidencia.
- Promover las competencias comunicativas y la construcción de relaciones.
- Promover la conciencia, la autorregulación y la relajación psicofísica.
- Promover los intereses y los procesos de aprendizaje así como las posibilidades de aprender.
- Promover las experiencias creativas y el poder de la creatividad.
- Desarrollar perspectivas futuras positivas.
- Promover los valores positivos personales.
- Promover los procesos y las vivencias de identidad.
- Promover las redes sociales sostenibles.
- Hacer posible las experiencias solidarias.
- Promover una relación activa, continua y regular con la naturaleza.
- Facilitar experiencias estéticas sanadoras.
- Multimodalidad sinérgica.

Teniendo en cuenta estos recursos de sanación, lo que se espera del terapeuta, resumiendo dichos recursos, es:

- \* Una actitud de comprensión sensible ante las necesidades de los niños.
- \* La aceptación del niño brindando apoyo emocional siempre que sea necesario, facilitando y promoviendo la expresión de las emociones y la reflexión.
- \* La propiciación de las experiencias sensoriales en el bosque.

- \* Un favorecimiento de las competencias comunicativas y las relaciones con los demás, tomando conciencia y realizando ejercicios que ayuden a los niños a aprender a auto-regularse y a relajarse.
- \* La creación de un ambiente en el grupo que favorezca las posibilidades de aprendizaje y active los intereses de los participantes.
- \* La ayuda a crear cohesión grupal con actividades colectivas, que impliquen la cooperación entre los miembros, donde cada uno de ellos juegue un papel importante para el colectivo.
- \* La inspiración para desarrollar actividades que estimulen la creatividad en el bosque, ya sea utilizando los materiales naturales que se encuentran en él, impulsando la posibilidad de experimentar en la naturaleza, como interviniendo con los árboles, plantas y animales que habitan en ella, tratados siempre desde el respeto y el cuidado, creando una relación activa y regular.
- \* La fomentación de valores positivos de las personas y la solidaridad entre ellos como grupo y con su entorno.
- \* Visitar diferentes bosques y ambientes naturales con impacto visual paisajístico para que los niños puedan conocer diversidad de lugares y bellezas naturales.
- \* Las salidas a los entornos naturales tienen que ser de manera regular.
- \* La utilización de todos los recursos y métodos que conozca y estar dispuesto a seguir formándose en la materia para realmente estar capacitado para aplicar los factores de sanación en su día a día y disponer de una amplia “mochila” para abordar las diferentes necesidades de cada individuo y grupo que irán surgiendo con el paso del tiempo.

### **2.3 - Base antropológica de las "Nuevas Terapias Integrativas"**

“Der Mensch ist Leib-Subjekt in der Lebenswelt, d.h. ein Körper-Seele-Geist-Wesen in einem sozialen und ökologischen Kontext/Kontinuum...” (vgl. *Petzold* 1988n, 3 Aufl.1995, 283f).

Cada grupo de niños al igual que cada individuo que lo forma es único, la base antropológica de las “Terapias Integrativas”, considera al individuo en su globalidad (como se citó previamente), donde el cuerpo, la mente y el espíritu se encuentran en un contexto social y ecológico de carácter continuo, es decir, su situación no es fija, va cambiando y evolucionando.

De este concepto antropológico del ser, viene la importancia de la flexibilidad y creatividad del terapeuta a la hora de utilizar sus recursos con cada grupo e individuo para optimizar los resultados. La misma estrategia que funciona con un individuo o grupo puede no funcionar con otro.

La Terapia Integrativa es una terapia orientada al desarrollo por lo tanto es procesual, siempre va acompañando los procesos. Las estrategias a seguir,

van a su vez cambiando y adaptándose a las nuevas necesidades de los miembros.

Son muchas y diversas las situaciones que el terapeuta se puede encontrar trabajando en el bosque.

## 2.4 - Conocer y detectar las necesidades de los niños

Los niños, como se citó en el punto 2.1, están dentro de un contexto familiar y social formando parte de un **convoy**.

*(„Als Konvoi werden Soziale Netzwerke bezeichnet, die auf der Kontinuumsdimension betrachtet werden, denn der ‚Mensch fährt nicht allein auf der Lebensstrecke, sondern mit einem Weggeleit‘ (Petzold 1969c).*

Lo que podríamos traducir a la lengua castellana como: ``Se denomina convoy a las redes sociales, las cuales han de ser consideradas desde una dimensión de continuidad debido a que el ser humano no viaja solo por la vida, sino con un guía de camino.”

Teniendo en cuenta esta definición de convoy, la terapia está estrechamente ligada a sus padres y a las figuras relevantes de su vida.

No todos los terapeutas de bosque son psicoterapeutas o médicos, por lo tanto no se va a poder establecer en la mayoría de los casos un diagnóstico, ni tampoco tiene que ser necesario salvo en casos especiales. Aun así, el terapeuta ha de recoger información valiosa de cada una de las familias para poder crear un plan de trabajo tanto a nivel individual con las necesidades específicas de cada uno como a nivel grupal.

¿Y de dónde va a obtener el terapeuta dicha información?

- En los Centros Educativos Infantiles lo habitual es tener como mínimo una reunión anual el educador con cada familia de manera privada para hablar sobre el desarrollo de sus hijos a nivel general.

Estas reuniones sirven para obtener información sobre la situación actual de las familias. El terapeuta de bosque puede estar presente en dichas reuniones, en algunos casos quizás el terapeuta de bosque es también un educador del centro.

Si el terapeuta no está presente en la reunión con la familia, debe de obtener la información relevante de la mano del educador responsable.

Aunque en principio suene como algo entrometido, la información aportada por la familia ayuda al terapeuta y al educador a comprender mejor los comportamientos de los niños y a poder optimizar las actividades en el bosque, obteniendo una visión más clara de las necesidades de cada miembro del grupo.

Para ilustrarlo veamos varios ejemplos:

Imaginemos la situación de unos padres que acaban de separarse o están en el proceso de separación o divorcio “mal” llevado. El niño puede vivir esta situación como estresante y angustiosa, manifestando en el centro comportamientos agresivos, rabietas, llantos desconsolados y/o tristeza.

Si el educador y el terapeuta desconocen la situación por la que está pasando la familia, les va a costar entender porque el niño manifiesta estos comportamientos.

Otro ejemplo son las familias monoparentales, donde solo hay un miembro al cuidado del niño.

Pudiera darse que esa madre o padre que cría solo a su hijo o hijos pueda sufrir sobrecargo de trabajo y responsabilidades que afecten a su estado anímico, en este caso el niño puede también manifestar comportamientos que nos indiquen que algo no va bien en el sistema familiar.

Resumiendo, crear un vínculo de confianza con los padres de los niños que forman parte del grupo es muy importante para poder prevenir y poder dar un mejor soporte a los pequeños. Una vez creado el vínculo, los padres tienen que saber que siempre pueden acudir al educador o terapeuta para informarles de situaciones importantes que estén aconteciendo en la vida del menor que le pueden perturbar.

En el caso de sospecha de algún trastorno grave, hay que recomendar a los padres la visita a un centro médico especializado en infancia. El terapeuta puede seguir trabajando con el menor de la manera más conveniente que considere y en algunos casos, el diagnóstico médico puede ayudarle a diseñar actividades que favorezcan a la vida y el desarrollo del niño. Por ejemplo, actividades que impliquen el desarrollo de la concentración, o que creen hábitos saludables.

-Observación consciente.

Recibamos o no información de la familia y del entorno del menor, el terapeuta tiene que tener sus sentidos activos para detectar las necesidades de su grupo y de sus miembros, mantenerse en “escucha activa” y observar el comportamiento a nivel individual y grupal de los menores.

## **2.5- ¿Cómo interviene el terapeuta ante las necesidades individuales y grupales?**

En el aula los niños ya se conocen entre sí y cuando salen por primera vez de excursión al bosque cambian algunas dinámicas.

El proceso de habituación al nuevo grupo reducido tiene lugar de manera natural pero puede darse algún caso donde un niño o niña no encuentre su lugar en el grupo, ya sea porque tenga diferentes intereses que los otros niños,

porque se sienta en un momento sensible de su vida o porque tenga necesidades individuales específicas que cubrir antes de sentirse realmente incorporado e integrado en el grupo.

Seguramente este problema ya existía previamente pero era más difícil de identificar debido al elevado número de niños y niñas en el centro educativo o, si esta situación ya estaba identificada por el educador, el bosque es un buen lugar para comenzar a tratarla.

## **Ideas para fortalecer al grupo y sus individuos durante la jornada en el bosque:**

### **A) ¿Cómo comenzar la mañana con el grupo?**

Existen rituales que favorecen el sentimiento de pertenencia a un grupo y que son comunes en muchos centros, por ejemplo:

\* El círculo de los buenos días.

Uno de los rituales que podemos trasladar de las aulas al bosque es el círculo de los buenos días.

Una vez instalados en el campamento base del bosque, los niños se sientan en círculo con su terapeuta, ya sea en el suelo o en la manta de picnic, se ponen cómodos dejando sus mochilas detrás de ellos o al lado y cantan juntos (si es posible acompañados de algún instrumento) una canción de buenos días.

Después de cantar, para poder dar voz a cada miembro de manera individual, cada persona del círculo puede saludar concretamente a algún elemento de la naturaleza, animal, árbol etc....que le apetezca.

Por ejemplo:

- Hoy saludo al viento que acaricia mis cabellos y a la ardilla que me mira desde la esquina.
- Saludo al sol que brilla y me hace cosquillas.
- Saludo a las hormigas que se quieren comer mis miguitas.
- Saludo al pájaro carpintero que en el tronco hace un agujero.
- ....

(Hay niños que saludan a su comida deliciosa que guardan en su mochila...Ahí se hace explícita su necesidad de comer).

Una vez realizado este círculo de buenos días, es hora de tomar un desayuno/ almuerzo juntos.

Son momentos importantes de convivencia grupal, los niños sacan la comida de sus mochilas y pueden compartir, intercambiar y disfrutar de una amena conversación.

## **B) Desarrollo del día**

Una vez terminado este ritual tan agradable del círculo de buenos días y el desayuno conjunto, es importante que los niños tengan juego libre para que ellos por sí mismos descubran el maravilloso mundo que se les presenta en el bosque lleno de palos, piedras de diferentes colores, flores, insectos etc...

El terapeuta tiene en estos momentos una función de observador, ¿Qué es lo que está sucediendo con el grupo? ¿Juegan todos juntos? ¿Se forman pequeños grupos con diferentes intereses? ¿Hay algún miembro que se queda aislado?

Cuando el terapeuta sienta que es la hora de intervenir, reúne al grupo y propone algún juego o actividad cooperativa como puede ser:

- La construcción de una cabaña con palos o ramas caídas.

¿Por qué esta actividad de construir una cabaña es tan interesante? Pues la respuesta se deja normalmente ver sola...hay viejas ramas pesadas, palos muy largos que no puede trasladar un niño de manera individual, se necesitan más manos apoyándole, ahí se crea, sin necesidad de intervenir el terapeuta, una cadena de ayuda entre ellos, muchos niños ayudando a transportar una rama pesada.

Si no se quiere construir una cabaña, se puede optar por construir un campamento base con ramas caídas para sentarse a modo de banco.

- Recolectar, según la época del año, diferentes materiales como pueden ser: bellotas, castañas, piñas, hayucos etc... para luego utilizarlas en manualidades.

Un saco o bolsa de tela común puede servir como buen contenedor de la recolecta del material encontrado y los participantes van viendo con júbilo como se va llenando el saco con la colaboración de todos.

- Leer una historia interesante al grupo que hable sobre la naturaleza, algún animal o planta en concreto, o el relato de algún personaje que se desarrolle en un entorno natural podrían ser entre otras, lecturas interesantes.
- Recitar poesías que hablen sobre la naturaleza.
- Otra dinámica grupal muy interesante, es la de observación de insectos y arácnidos con los vasos-lupa.

El grupo va a la busca de insectos y arácnidos y comparten los hallazgos.

Si hay algún niño que no quiere coger un vaso-lupa porque le da miedo recoger insectos, puede acompañar al grupo “buscador” con el libro de insectos para encargarse de la identificación de los animalitos recogidos.

El terapeuta lee en la guía las características de cada uno de estos animalitos recogidos, para que los niños aprendan sobre la vida de los habitantes del bosque, alimentación, costumbres, hábitat etc...

Luego, los niños tienen que volver a dejar libres a los animalitos recogidos en el lugar donde los encontraron.

Esta actividad fomenta la creatividad de los niños ya que tienen que buscar y crear estrategias para recoger a los insectos, arácnidos... que se mueven rápido y son difíciles de atrapar, tienen también que descubrir y averiguar los lugares preferidos de dichos animales. Se necesita también cooperación entre ellos, por ejemplo: un niño levanta una piedra o mueve un tronco del suelo y el otro recoge al animal, y un tercero busca el animal en la guía y sus descubrimientos se comparten con todos los miembros.

La concentración juega un rol muy importante para poder llevar con éxito la actividad y el obtener información sobre ese animal aporta aprendizaje a los niños que poco a poco van familiarizándose con los habitantes pequeños del bosque.

- La búsqueda de rastros y huellas de animales de mayor tamaño permite a los niños familiarizarse también con los animales de mayor tamaño.

No es tan fácil encontrarse un zorro, tejón, corzo o jabalí en el bosque, pero sí se puede aprender a reconocer sus huellas y rastros.

Este tipo de actividad vuelve a implicar la necesidad de observación, trabajo en equipo, concentración y conocimiento.

Cuando se están realizando estas actividades, el menor está concentrado en algo concreto que está sucediendo en este preciso momento y esto implica una meditación inconsciente (por ejemplo, seguir el rumbo de una hormiga, concentrarse solo en los movimientos de esta pequeña hormiga).

Aplicar técnicas meditativas en el trabajo con niños es importante (*Bräunling, Walter 1992; Brunner 1994; Bücken 1995; Hoppe 1995; Rozman 1993, Smithwhite 1989*) y por supuesto el trabajo con medios creativos e imaginación (*Petzold, Geibel 1972; Katz. Bernstein 1990*)

### **C) ¿Qué se puede hacer si se observa que un miembro se queda aislado en estas actividades y/o no quiere participar con el grupo?**

El terapeuta tiene que dedicarle tiempo exclusivo a ese niño, buscar una actividad en la que los dos se encuentren cara a cara y se abra paso al diálogo.

Aunque estas intervenciones de las que se va hablar ahora también se pueden realizar de manera grupal, en las situaciones de necesidad individual son

técnicas que van a facilitar el acercamiento del terapeuta al niño con necesidad, proporcionando al menor el llamado “significant caring adult”.

Algunas de estos medios creativos de acercamiento al menor pueden ser:

\*Tallado de madera:

Sentarse a tallar palos de madera con el niño o niña.

Mediante esta actividad que solo requiere de palos y un pelador de patatas (la versión más simple) o un cuchillo de tallado de madera, se puede establecer una conversación donde el niño pueda sentirse plenamente acompañado por el adulto, donde puede expresar libremente lo que siente sin ser juzgado o criticado a la vez que va trabajando en su tallado.

El estar realizando una tarea manual acompañado ayuda a liberar emociones y facilita la conversación

\*Modelaje con arcilla:

Se puede llevar, como material terapéutico, al bosque unos lingotes de arcilla y sentarse a trabajar con ella, dándole rienda suelta a la imaginación.

Este tipo de actividades son relajantes para los pequeños y crean una buena atmosfera.

Mientras se modela se da un intercambio de información muy valioso, se da la oportunidad de conversar, las palabras pueden fluir y se van creando nuevas ideas, nuevas visiones, nuevas esperanzas modeladas por las manitas de los más pequeños...y si el menor no tiene ganas de conversar, dejemos que la expresión artística actúe de mediador sin necesidad de palabras.

## **Conclusión del punto 2.5**

Todas las dinámicas citadas favorecen la integración y la concentración, dejan rienda suelta a la imaginación, promueven la curiosidad y el aprendizaje y dejan espacio al niño para ser quien quiere ser en ese bosque, en ese espacio donde por un día, el tiempo y las prisas no tienen lugar.

Hay muchos libros con técnicas diferentes y variadas dinámicas grupales, lo importante es que el terapeuta sea también creativo y aplique todos sus conocimientos y herramientas en sus sesiones adaptándolas a cada individuo y grupo según vayan surgiendo las necesidades.

La formación de los terapeutas de igual modo debe ser continua, siempre hay nuevos métodos que investigar y nuevas actividades que probar.

Es importante buscar experiencias estéticas sanadoras a través de la naturaleza, la música, la lectura de hermosos relatos, la poesía, las manualidades etc..

Importante señalar que en las visitas al bosque los niños siempre van acompañados del terapeuta y de un educador, son siempre necesarios dos adultos. De este modo el terapeuta puede dedicarse en exclusivo a uno de los miembros, en caso de ser necesario, sin que los otros niños queden desatendidos.

## **2.6 - Cómo preparar un día en el bosque. Datos técnicos**

Esta es una pregunta técnica más que terapéutica, pero le vamos a dar espacio para facilitar la organización de la salida.

1- Los niños han de llevar una mochila adecuada a su estatura y su anatomía. Se recomienda mochilas especiales para niños, que puedan ajustarse con bandas y cerrarse alrededor del pecho o en la cintura para que al correr no se les balanceen y les hagan perder el equilibrio.

Dentro de la mochila hay que llevar una botella de agua y comida para el día, evitando los dulces y abundando las frutas y hortalizas, los frutos secos también son recomendables siempre que no existan casos de alergias en el grupo.

2- El establecimiento de una reunión previa con los niños y niñas antes de salir por la puerta del centro es algo necesario y estimulante para el grupo. En esta reunión entre terapeuta, educador y niños, se hablará sobre a qué lugar se va a ir, cómo se va a ir (metro, tren, autobús, caminando...), qué se va hacer en general en ese lugar y se establecerán reglas/normas de seguridad tanto para el tramo de trayecto como para el bosque en sí.

Algunas de estas normas para el grupo pueden ser:

- Estar atentos durante la excursión a las indicaciones del terapeuta o educador.
- No separarse del grupo.
- Avisar al terapeuta /educador si quieren alejarse a investigar a otro lugar diferente del campamento base para que éste les acompañe o sepa dónde están.
- Respetar a los animales del bosque y evitar arrancar las plantas.
- No comer ningún fruto, baya o seta que encuentren en el bosque. Se les tiene que explicar que tal vez se trate de una especie venenosa o en el caso de no serla, hay muchos frutos del bosque que crecen a poca altura en lugares transitados y pueden haber sido orinados por los zorros

o por perros de los paseantes, conteniendo así bacterias que pueden no ser saludables para nuestro organismo.

- Dejar el bosque en mejores condiciones de las que lo encontramos, guardar nuestra basura en la mochila y recoger papeles que veamos tirados en el suelo de otros excursionistas (se aconseja llevar unas pinzas largas para recoger basura y bolsas de basura).
- .....

El terapeuta y educador tienen que ir ajustando las normas a las necesidades grupales, es todo un proceso de aprendizaje y profundización.

Cada vez que se incorpore un nuevo miembro al grupo hay que volver a hablar sobre las normas de seguridad en equipo. Los mismos niños del grupo pueden contarle y explicarle al nuevo o nueva integrante las normas de seguridad en las excursiones al bosque.

3- El terapeuta llevará en su mochila el material para realizar las actividades que tenga previstas.

Libros buenos y bien ilustrados de fauna y flora son muy recomendables.

Agua "extra" principalmente en días calurosos, algo de comida "extra", bolsas de basura, algo de ropa de cambio para los niños por si fuera necesario y un botiquín de primeros auxilios.

En el botiquín está bien llevar una tarjeta o pinzas especiales para extraer garrapatas, (se podrán usar si los padres han firmado una carta de consentimiento de extracción de garrapatas).

Se recomienda llevar una manta de picnic grande que nos puede servir como campamento base y a su vez sirve como lugar de descanso para los niños que necesiten dormir la siesta.

### **3- Conclusiones y resumen: Terapia de Bosque en Centros Educativos Infantiles**

El establecimiento de un "Día de Bosque" semanal basado en los procedimientos de la "Terapia Integrativa" en los Centros Educativos Infantiles ayudan a mejorar el bienestar biopsicosocial y ecológico de los niños y niñas, proporcionándoles un entorno especial que les ayuda a desarrollarse integralmente como personas y les aporta un aprendizaje que formará parte de sus archivos de resiliencia para el resto de sus vidas, ayudándoles a resolver situaciones difíciles a las que tengan que enfrentarse en un futuro y a lo largo de su trayectoria como ser humano.

Es hacerles partícipes y empoderarles de un tesoro de incalculable valor, ser dueños de sus vidas.

**Palabras clave:** Nuevas Terapias Naturales, Terapia Integrativa e Agogics, Los 14 plus 3 Factores de Protección, Convoy, Resiliencia.

### **Zusammenfassung: Waldtherapie in Kindergarten**

Die Einrichtung eines wöchentlichen "Waldtages", der auf den Verfahren der "Integrativen Therapie" in Kinderbildungszentren basiert, trägt dazu bei, das biopsychosoziale und ökologische Entwicklung der Kinder zu verbessern, indem ihnen eine besondere Umgebung geboten wird, die ihnen hilft, sich ganzheitlich als Menschen zu entwickeln und ihnen einen Lernprozess ermöglicht, der für den Rest ihres Lebens Teil ihrer Resilienz sein wird und ihnen hilft, schwierige Situationen zu lösen, denen sie in der Zukunft und während ihres gesamten Lebensweges als Menschen gegenüberstehen werden.

Es geht darum, sie zu Teilnehmern zu machen und sie mit einem unschätzbaren Schatz auszustatten, nämlich Herr über ihr Leben zu sein.

**Schlüsselwörter:** Neue Naturheilverfahren, Integrative Therapie und Agogik, Die 14 plus 3 Wirkfaktoren, Konvoi, Resilienz.

### **SUMMARY: Forest Therapy in Kindergartens**

The establishment of a "Forest Day" in the Kindergarten based on the procedures of "Integrative Therapy" help the biopsychosocial and ecological development of children.

Nature provides them with a special environment that helps them develop globally as people and gives children a learning that will be part of their resilience files for the rest of their lives, helping them solve difficult situations that they have to face in the future and throughout their career as a human

being, is to make them participate and empower them with a treasure of incalculable value, to own their lives.

**Keywords:** New Natural Therapies, Integrative Therapy and Agogics, 14 plus 3 Healing Factors, Convoy, Resilience.

## LITERATUR

### Bücher:

\**Dorothea Rahm, Hilka Otte, Susanne Bosse, Hannelore Ruhe-Hollenbach* (1993): Einführung in die Integrative Therapie. Grundlagen und Praxis. – Paderborn: Junfermann, 1993.

\**Michael Huppertz & Verena Schataneck* ( 2015) : Achtsamkeit in der Natur. – Paderborn: Junfermann, 2015.

### Beiträge aus Zeitschriften:

\**Hilarion Petzold, unter Mitarbeit von Ilse Orth und Johanna Sieper, Hückeswagen* (2019e): Die „14 plus 3“ Wirkfaktoren und -prozesse in der Integrativen Therapie Transversale Wege des Integrierens und Einflussfaktoren im Entwicklungsgeschehen: Metafaktoren, Belastungs-, Schutz-, Resilienzfaktoren bzw. -prozesse und die Wirk- und Heilfaktoren/-prozesse der Integrativen Therapie

\**Petzold, H. G.* (2017b): Waldtherapie: eine ökopsychosomatische und humanökologische Methode der „Neuen Naturtherapien“ – Perspektiven Integrativer Therapie. Hückeswagen: EAG. In. *Grüne Texte* 12/2018; <http://www.fpi-publikation.de/artikel/gruene-texte/12-2018-petzold-h-g-2017d-waldtherapie-eine-oekopsychosomatische-und-humanoeekologische.html>

\**Petzold, H. G.* (2016i): Die „Neuen Naturtherapien“, engagiertes „Green Care“, waldtherapeutische Praxis. In: *Niels Altnier* (2016): Rieche das Feuer, spür den Wind. Wie Achtsamsein in der Natur uns und die lebendige Welt stärkt. Netzversion des Artikels in <http://www.fpi-publikation.de/artikel/textarchiv-h-g-petzold-et-al-/petzold-h-g-2016i-die-neuen-naturtherapien-engagiertes-green-care-waldtherapeutische.html> und <http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/grueneTexte/petzold-2016i-neue-naturtherapien-engagiertes-green-care-waldtherapeutische-praxis-gruene-texte-25-2016.pdf>

\*Petzold H.G. (2016r) : Kindliche Entwicklung – komplex und spannend.  
<https://www.fpi-publikation.de/artikel/textarchiv-h-g-petzold-et-al-/petzold-h-g-kindliche-entwicklung-komplex-und-spannend.htm>

\*Petzold, H.G. (2010k): Was uns „am Herzen liegt“.

 [pdf petzold 2010kwas uns am herzen liegt in der integrativen therapie und polyloge 22 2010 651.46 Kb](#)

\*Petzold, H.G, Feuchtner, C., König, G. (2009): Einführung: Für Kinder engagiert

 [heinemann-kinder-malen-mit blueten-integrative-landschafts-u-gartentherapie-gruene-texte-28-2017pdf 1.77 Mb](#)

 [byland-kinder-psychisch-krank-elter-lebenswelten-betroffener-familien-damals-heute-33-2017 2.08 Mb](#)

\*Petzold, H.G., Müller, L. (2004c): Integrative Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie – Protektive Faktoren und Resilienzen in der diagnostischen und therapeutischen Praxis. *Psychotherapie Forum* 4, 185-196.  
<http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/textarchiv-petzold/petzold-mueller-2004c-integrative-kinder-und-jugendlichenpsychotherapie-protective-faktoren.pdf>

\*Petzold, H.G. (1995a): Weggeleit und Schutzschild: Arbeit mit protektiven Prozessen und sozioökologische Modellierungen in einer entwicklungsorientierten Kindertherapie. In: Metzmacher, B., Petzold, H.G., Zaepfel, H. (1995): Therapeutische Zugänge zu den Erfahrungswelten des Kindes. Integrative Kindertherapie in Theorie und Praxis. Bd. 1. Paderborn: Junfermann. S. 169-280. In Textarchiv 1995: <http://www.fpi-publikation.de/artikel/textarchiv-h-g-petzold-et-al-/petzold-h-g-1995a-weggeleit-schutzschild-und-kokreative-gestaltung-von-lebenswelt.html>

\*Petzold, H.G. (1995b): Integrative Kindertherapie als sozialökologische Praxis beziehungsorientierter und netzwerkorientierter Entwicklungsförderung, Teil II. In: Metzmacher, Petzold, Zaepfel (1996) 143-188. In Textarchiv 1995: <http://www.fpi-publikation.de/artikel/textarchiv-h-g-petzold-et-al-/petzold-h-g-1995b-integrative-kindertherapie-als-sozialoekologische-praxis.html>