



Naturcoaching

07./08.07.2021

Nichts ist so alt wie unsere Beziehung zur Natur. Ohne sie würde es uns nicht geben. Schutz, Wohnung, Nahrung – der Mensch ist tief in seinem Innersten auf's Engste mit der Natur verbunden. Der Garten Eden – die Metapher für das Paradies. Sich selbst in/mit der Natur zu erfahren bietet eine ganz eigene Qualität der "sinn"vollen Erfahrung.

Die Natur ist der ideale Ort Altvertrautes aus einem neuen Blickwinkel zu sehen. Der Geist ist frei. Prozessgestaltung und -begleitung in der Natur ist ein ganzheitlicher Ansatz, Menschen in der Neu-Orientierung und Veränderung zu unterstützen.

Auch die gesundheitsfördernden Wirkungen des Aufenthalts und der Bewegung im Grünen sind in zahlreichen Studien zum Thema Waldbad (Shinrin yoku) belegt. Wird der Wald als Coachingraum genutzt, verbindet sich die positive gesundheitliche Wirkung von Waldbaden mit persönlicher Erkenntnis und Entfaltung.

Inhalte der Weiterbildung

- Theorie und Praxis von Naturcoaching/ Healing nature
- eigene Antworten aus und in der Natur erleben
- Grundstruktur und Wirkweise von Natur (Waldbaden – Shinrin yoku)
- Zeugenschaft – achtsames Zuhören – die verschiedenen Möglichkeiten in der Natur zu sein
- Innere Balance durch innere Reisen – Orte der Ruhe und Kraft etablieren und aufsuchen
- Der innere Garten als Spiegel und mentaler Veränderungsraum
- Entwicklung eines Schwellenrituals und heilenden Naturaufgaben

Wir arbeiten an Wünschen und Zielen der Einzelnen bei exemplarischem Erleben der verschiedenen Methoden die Natur ins Coaching einzubeziehen, um berührende, "andere" Ergebnisse als nur durch Reden zu erzielen.

Tagungsort: Münster
Hotel Landhaus Eggert****



Zeiten: Mi. 10.30 – 18.30 Uhr
Do. 10.00 – 18.00 Uhr

Investition: € 680,- Firmenanmeldungen
€ 480,- Privatanmeldungen

Trainerin: Martina Schmidt-Tanger
Dipl.Psychologin, 6 Semester Biologie Studium, Ausbildung in Kräuterpädagogik und Shinrin yoku (Waldbaden), Ritualarbeit in der Natur.

Das Seminar findet zum Teil drinnen und draussen statt. Wir suchen die Natur in unserem und um uns herum auf. Für diese spannenden und entspannenden Erlebnisse bitte bequeme Kleidung, eine Decke/Unterlage und eventuell ein Kissen mitbringen.

