

# Natur-Coaching – Übungen und Interventionen mit Einzelpersonen

**28.-30.06.2024, Raum Nürnberg**

**Freitag, 19.00 Uhr – Sonntag, 12:00 Uhr, Arbeitszeit: 14 Zeitstunden**

**Leitung: Martina Pesch**

## **Beschreibung:**

Naturcoaching mit Einzelpersonen kann verstanden werden als professionelle, anliegen-, ziel-, ressourcen-, lösungs- und transferorientierte Begleitung von Menschen in und mit der Natur, die persönliche oder berufliche Herausforderungen meistern und sich weiterentwickeln möchten.

Natur-Coaching ist Coaching, das transferorientiert in der Natur, mit der Natur und durch die Natur umgesetzt wird. Dabei fungiert die Natur als gleichwertiger „Co-Coach“ oder sogar als „der Coach“ und nicht lediglich als Kulisse oder Entspannungsraum. Somit wird aus der klassischen Dyade „Coach-Klient“ die Triade „Coach-Klient-Natur“. Die Natur kann sozusagen zu einem „therapeutischen Tertium“- einer dritten therapeutischen Einheit werden.

Der Naturcoach unterstützt die Klienten ergebnisoffen durch seine Gesprächsführung, Fragen und eingesetzte Methoden bei der gedanklichen, emotionalen und körperlichen Auseinandersetzung mit dem zu bearbeitenden Thema. Das Coaching erfolgt auf Augenhöhe d.h. der Klient ist Experte für sein eigenes Leben, seine Denkmuster und sein Erleben.

Inhalt des Seminars sind anliegen- und ressourcenorientierte Übungen und Interventionen für Einzelpersonen in und mit der Natur wie z.B.: Ressourcen-Weg, die Weisheit des Körpers nutzen, Arbeit mit Motto-Zielen (Natur-Mental-Training), Embodiment-Übungen usw., die vor allem in Partner- oder Triadenarbeit selbst erlebt und reflektiert werden.

## Theoretischer Hintergrund

– zu den Prozessphasen des Natur- Coaching- die naturtherapeutische Triade (Prozessbegleiter-Klient- Natur)

– die Integration körperlicher Aspekte

– die Nutzung von Natur-Elementen als Vorbild, Metapher, Symbol

werden vermittelt

Die Lernebenen Theorie, Praxis und Eigenerfahrung werden jeweils aufeinander bezogen und ergänzen sich.

## **Leitung:**

Martina Pesch

Dipl.-Sozialpädagogin, Gestalttherapeutin für Kinder und Jugendliche, Naturtherapeutin, Naturpädagogin, Kursleiterin "Waldbaden- Achtsamkeit im Wald", Leitung der Weiterbildung Gestaltorientierte Naturtherapie, Freiberufliche naturpädagogische Arbeit und Fortbildungen an Bildungseinrichtungen (Schulen, Freiwilligen-Dienste, interkulturelle Projekte)  
Therapeutin in einer Kinder- und Jugendpsychiatrischen und psychotherapeutischen Praxis.

**Kosten:** Teilnahmegebühr: 220,- €, zzgl. Kosten für Unterkunft und Verpflegung