

Ausbildung Natur-Resilienz-Trainer*in für Kinder und Jugendliche



In der Ausbildung Natur-Resilienz-Trainer® für Kinder und Jugendliche lernen die Teilnehmenden verschiedene Methoden, die seelische Widerstandskraft sowie die gesunde seelische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen zu stärken. Die Natur unterstützt auf ganzheitliche Art und Weise die Förderung verschiedener Resilienzurzeln zur Stärkung von Selbstwirksamkeit und Selbststeuerung, Selbst- und Fremdwahrnehmung, sozialer Kompetenz sowie aktiver Problemlöse- und Stressbewältigungsstrategien. Für einen gelingenden Praxistransfer in den Kita-/Schul- und Familien-/ sowie Freizeit-Alltag werden in der Ausbildung verschiedene Praxisbeispiele in der Natur erarbeitet. Die Teilnehmenden erhalten ein Acht-Wochen-Kursleiterkonzept gemäß den Anforderungen der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP), so dass sie, mit entsprechender Grundqualifikation, Natur-Resilienztraining in der Prävention anbieten können.

Zielgruppe: Die Ausbildung ist so konzipiert, dass die Teilnehmenden anschließend Kurse und Workshops in der Natur für Kinder und Jugendliche anbieten können. Mögliche Arbeitsfelder bieten sich im (Natur)Coaching- und Trainingsbereich, in Bildungseinrichtungen, Rehakliniken, Sozial- und Gesundheitswesen und im Freizeitbereich. Die Ausbildung ist besonders geeignet für Berufstätige in pädagogischen, medizinischen, therapeutischen und sozialen Arbeitsfeldern.

Zeitablauf Uhrzeit	Inhalte und Instruktionen	UE
Tag 1		
vormittag	Begrüßung, Organisatorisches, Seminarregeln, Agenda	1
	Vorstellungsrunde „Ich bin...“	1
	Unterstützungskraft der Natur zur Stärkung physischer und psychischer Widerstandskräfte für Kinder und Jugendliche	2
nachmittag	Der Ansatz der Salutogenese in der Gesundheitsforschung und Politik	2
	Ankommen in der Natur - Kennenlernen der 4 Natur-Elemente	1
	"Der Resilienzbaum" - seine Wurzeln, seine Äste und sein Stamm	1
Tag 2		
vormittag	Resilienzfaktoren Kinder	2
	Resilienzwurzel "Netzwerkorientierung"	2
nachmittag	Resilienzwurzel "Selbstregulierung"	2
	"Die verschiedenen Resilienzwurzeln" - Gruppenarbeiten	2
Tag 3		
vormittag	"Die verschiedenen Resilienzwurzeln" - Gruppenarbeiten - Fortsetzung	2
	Resilienzwurzel "Selbstwirksamkeit"	2
nachmittag	Natur als Raum für Training der Resilienzwurzel "Achtsamkeit"	2
	Methodik und Didaktik für NR Training	2
Tag 4		
vormittag	Resilienzwurzel "Optimismus"	2
	Resilienzwurzel "Akzeptanz"	2
nachmittag	Methodik und Didaktik für NR Training	2
	Resilienzwurzel "Zukunftsorientierte Lösungsfindung"	2
	Landart mit Naturmaterialien	1
Tag 5		
vormittag	Lehrproben	4
nachmittag	Umsetzung in die Praxis	2
	Abschluss	2
Zeitliche und inhaltliche Anpassungen sind möglich!		
Unterrichtseinheiten gesamt:		41