

# Stundenplan: Systemisches Coaching in der Natur



In dieser Ausbildung lernen die Teilnehmenden eine kreative und reflektierte Gesprächsführung unter Einbeziehung der Natur, um bei ihren Klienten einen nachhaltigen Lösungsprozess zu initiieren und zu entwickeln. Sie erweitern ihre Beratungs- und Coachingkompetenzen, indem sie den Coachingprozess in Theorie und Praxis, Grundlagen der systemischen Haltung, Ziele des systemischen Coachings und Interventionen in Verbindung mit Naturräumen lernen, vertiefen und reflektieren.

Zielgruppe: Diese Ausbildung richtet sich an Menschen, die im Bereich Coaching, Training oder Personalentwicklung, der Pädagogik oder der Therapie und Beratung tätig sind oder die Ausbildung in ihrer beruflichen Praxis benötigen.

Uhrzeit	Inhalt	UE
<b>TAG 1</b>		
vormittag	Begrüßung & Vorstellungsrunde, Erwartungen der TN, Vorstellung Agenda	2
	Stress und Burnout - Vortrag und Reflexion	2
nachmittag	Phasenmodelle Burnout und Risikofaktoren	2
	Wissen ergänzen und offene Fragen klären; Methoden und Übungen zum Erkennen eigener Ressourcen und Möglichkeiten zur Erreichung von Zielen	2
<b>TAG 2</b>		
vormittag	Auswertung Einzelübungen; Theorie - Themen: Talente, Werte, Sinn, Boreout	2
	Theorie Input: Salutogenese-Modell	2
nachmittag	Übungen in Partnerarbeit und Kleingruppen zu Themen Depersonalisierung, emotionale Erschöpfung, reduzierte Leistungsfähigkeit	2
	Wissensvermittlung zu Resilienz - Grundlagen und Förderung von Resilienz, Einführung in Präventionsstrategien, Eigenreflexion	2
<b>TAG 3</b>		
vormittag	Festigung von Wissen zur Burnout-Prävention; Vertiefung der Themenbereiche Mitarbeiterführung, Gesundheit, Buroutpräventionsstrategien in Unternehmen	2
	Vermittlung von Fachwissen zu Präventionsseminaren im Gruppenkontext	2
nachmittag	Aufbau & Planung eines Kurses	2
	Abschlussrunde: Abschlussfeedback der TN Feedbackbögen	2
<b>Gesamt:</b>		<b>24</b>