

Aufbaumodul: Medizinisch therapeutische*r Wald- und Naturgesundheitstrainer*in für Kinder und Jugendliche



Medizinisch-therapeutische Wald- und Naturgesundheitstrainer*innen für Kinder und Jugendliche setzen eine multisensorische forschungsbasierte Methode der Naturtherapie und Gesundheitsförderung ein, die die Heilwirkung des Waldes nutzt, um die Resilienz und Salutogenese ihrer Patienten zu stärken. Die positive Wirkung des Waldes kräftigt ganzheitlich auf emotionaler, kognitiver und sozialer Ebene. Das Training stärkt die Gesundheit und ist insbesondere bei psychosomatischen und psychischen Störungen eine wirksame Unterstützung. Diese Methode eignet sich als therapeutische Ergänzung beispielsweise bei ADHS, ADS, Adipositas und anderen Entwicklungsbeeinträchtigungen oder Auffälligkeiten. Wald- und Naturgesundheitstraining kann als Erweiterung und Alternative zu herkömmlichen verbalen Therapieformen eingesetzt werden. Integrativ und multisensorisch ist dieser Ansatz, weil er Elemente aus der Bewegungs- und Atemtherapie, Mentaltraining, Qigong und multisensorisches Genusstraining einbindet.

Die Ausbildung zum*r Medizinisch-therapeutischen Wald- und Naturgesundheitstrainer*in für Kinder und Jugendliche ist ein berufsbegleitender Zertifikatskurs für **Erzieher, Pädagogen, Sozialarbeiter, Fachkräfte aus dem medizinischen Bereich, der Gesundheitsförderung, -prävention und Rehabilitation**. Das Aufbaumodul bietet eine kompakte Weiterbildungsmöglichkeit für Teilnehmende, die bereits eine Ausbildung Kursleiter*in für Waldbaden abgeschlossen haben. Die Teilnehmenden lernen, Kurse und Angebote für Kinder und Jugendliche im und mit dem Wald zu planen und durchzuführen. Voraussetzung für die Teilnahme an der Ausbildung ist eine pädagogische, therapeutische oder medizinische Grundausbildung. Die Gesundheitstrainer*innen nutzen die Vorteile des Achtsamkeitstrainings in der Natur in ihrem beruflichen Umfeld und kombinieren diese mit den Methoden ihrer jeweiligen Fachdisziplin und Methoden der allgemeinen Gesundheitsförderung, um Kinder und Jugendliche in der Stressprävention, Stressbewältigung und in der Rehabilitation zu unterstützen. Dabei nutzen sie die wissenschaftlichen Erkenntnisse der Waldmedizin. Die Teilnehmenden erhalten ein Kurskonzept, welches von den Krankenkassen nach §20 SGB V als Präventionskurs anerkannt ist.

Tag 1

Zeitablauf	Inhalte und Instruktionen	UE
Uhrzeit		
09:00 - 12:15	Begrüßung, Inhalte, Kennenlernen des Kursleiters und der Kursteilnehmer	4
	Aufwachen in unserer modernen Gesellschaft - Vortrag und Austauschformat	
13:30 - 16:45	Wirkungen des Waldes - Lernformat	4
	Waldbaden in der staatlichen Gesundheitsprävention - Vortrag	
	Elemente der Achtsamkeit für Kinder und Jugendliche - Theorie und Praxis	

Tag 2

09:00 - 12:15	Bewegung als Methode des Gesundheitstrainings - Praxis	4
	Waldtherapie in medizinischen, pädagogischen und therapeutischen Arbeitsfeldern - Vortrag und Austauschformat	
	Methodik und Didaktik Waldtherapie - Lernformat	
13:30 - 16:45	Konzepte Stress und Stressbewältigung im Wald für Kinder und Jugendliche - Theorie	4
	Waldsicherheit & Outdoor Erste Hilfe - Vortrag und Austauschformat	
	Vorbereitung Lehrprobe - Individual- und Gruppenphase	

Tag 3

09:00 - 12:15	Lehrproben der Teilnehmer	4
13:30 - 16:45	Weitere Einsatzmöglichkeiten der Waldtherapie - Lernformat und Praxis	4
	Rechtliches Rund um den Wald und angebotene Veranstaltungen - Lernformat	
	Einweisung in das zertifizierte Konzept der DAWG - Vortrag	
	Abschluss - Auswertung und Ausblicke	
Gesamt		24

Änderungen und Verschiebungen möglich. Zuzüglich Wegezeiten in der Natur. 1 UE = 45 Minuten