

Aufbaumodul Natur-Resilienz-Trainer*in Advanced



deutsche akademie für
waldbaden & gesundheit
www.waldbaden-akademie.com

Im Fortgeschrittenen-Modul Natur-Resilienz-Trainer Advanced vertiefen die Teilnehmenden ihr Verständnis der Verbindung zwischen Naturgesundheit und dem menschlichen Immunsystem. Sie erfahren neue Resilienzthemen und üben innovative Methoden in der Natur für den Alltag und Beruf. Zudem lernen sie aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zu Natur und Gesundheit kennen, erweitern ihr Wissen zur Nutzung der Natur als Arbeitsraum und erlernen Techniken zur Förderung von Resilienz in Einzel- und Unternehmenssettings.

Zielgruppe: Natur-Resilienz-Trainer*innen leiten Kurse oder einzelne Veranstaltungen und setzen Resilienz-Konzepte im Business-Kontext in Unternehmen oder Einzelsettings um. Das Aufbaumodul richtet sich an bereits ausgebildete Natur-Resilienz-Trainerinnen und extern ausgebildete Resilienztrainer zur Erweiterung ihrer beruflichen Kompetenz.

Zeitablauf Uhrzeit	Inhalte und Instruktionen	UE
Tag 1		
09:00 - 12:15	Begrüßung, Kennenlernen des Kursleiters und Teilnehmer Gesundheit, Resilienz und Natur - Theorie und Austauschformat	4
13:30 - 16:45	Regeneration in der Natur - Theorie und Praxis	4
17:00 - 17:45	Greensketching	1
Tag 2		
09:00 - 12:15	Supervision Beziehungsbedürfnisse - Theorie und Praxis	4
13:30 - 16:45	Das Regenbogenprinzip der Resilienz - Theorie und Praxis Farben der Natur - Theorie und Praxis	4
17:00 - 17:45	Neurologisches Zeichnen (Zentangle) - Praxis	1
Tag 3		
09:00 - 12:15	Die 4 Elemente-Lehre - Vortrags- und Austauschformat, Praxis	4
13:30 - 16:45	Bionik – Design Thinking - Praxis Prinzip des Resilienz-Gartens - Theorie und Praxis	4
17:00 - 17:45	Enneagramm - Theorie und Praxis	1
Tag 4		
09:00 - 12:15	10 Säulen der Selbstfürsorge - Vortrags- und Austauschformat, Praxis Circle of Concern - Praxis	4
13:30 - 16:45	Rollenkuchen - Praxis Nature-Management - Vortrags- und Austauschformat	4
17:00 - 17:45	Netzwerkraum Natur - Theorie und Praxis	1
Tag 5		
09:00 - 12:15	Methodik und Didaktik für Einzel- und Organisationssetting - Theorie und Praxis	4
13:30 - 16:45	Resilienz im Business Theorie und Praxis Abschluss, Auswertung und Ausblicke	4
Änderungen und Verschiebungen möglich. Zuzüglich Wegezeiten in der Natur. 1 UE = 45 Minuten		
Gesamt		44