

# Ablaufplan

Natur-Resilienz-Trainer\*in<sup>®</sup> für Kinder und Jugendliche



## Mitteilung für den Arbeitgeber

Die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit veranstaltet das Seminar  
**Natur-Resilienz-Trainer\*in für Kinder und Jugendliche**

Ich: \_\_\_\_\_

Wohnhaft in: \_\_\_\_\_

nehme für diese Ausbildung Bildungsurlaub in Anspruch

Die Unterlagen zu der Bildungsveranstaltung (Inhalt mit Zielgruppe, Lernziele, Lerninhalte, zeitlicher Ablauf) finden Sie im anhängenden Flyer.

In folgenden Bundesländern ist das Seminar als Bildungsurlaub anerkannt

- Berlin (AZ: II A75-124219, bis 24.03.2026)
- Brandenburg (AZ: 45.16-64880, bis 28.08.2026)
- Hamburg - Für Veranstaltungen, die in Hamburg noch nicht anerkannt sind, kann der Arbeitnehmer beim Arbeitgeber eine Freistellung nach §15 Abs. 1 BiUrlG HA beantragen und den Anerkennungsbescheid eines anderen Bundeslandes vorlegen. Diesen erhalten Sie auf Anfrage beim Bildungsträger.
- Hessen (AZ: III7-55n-4145-1436-24-1013, bis 28.07.2026)
- Niedersachsen (AZ: B23-123288-72, bis 31.12.2025; AZ: B26-137154-16, bis 31.12.2028)
- Rheinland-Pfalz (AZ: 7774/2526/25, bis 27.07.2027)
- Saarland (anerkannt lt. § 6 Abs. 7 Satz 1 SBFG, unbefristet)
- Sachsen-Anhalt (AZ: 207-53502-2025-415, bis 18.03.2027)
- Schleswig-Holstein (AZ: WBG/B/35857, bis 30.11.2027)
- Thüringen (AZ: 23-0342-4734, unbefristet)

In **Baden-Württemberg** ist die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit als Bildungseinrichtung nach § 10 Abs.3 BzG BW (AZ: 12c13-6002-61) anerkannt.

In **Nordrhein-Westfalen** ist die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit nach § 10 AWbG (AZ: 48.06.01-328) als Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung anerkannt.

In allen weiteren Bundesländern ist das Seminar noch im Antragsverfahren.

**Ausnahmen sind Bayern und Sachsen dort ist Bildungsurlaub nicht möglich.**

Deutsche Akademie für  
Waldbaden und Gesundheit  
Kellereistraße 1  
67487 St. Martin

Tel. 06341 - 70 800 50  
info@waldbaden-akademie.com  
www.waldbaden-akademie.com



Stempel & Unterschrift DAWG

Unterschrift Teilnehmer\*in

# Ablaufplan

Natur-Resilienz-Trainer\*in® für Kinder und Jugendliche



## 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.

Theorie und Praxis finden wetterabhängig zu 50 bis 80 Prozent Outdoor statt. 1 UE = 45 Minuten. Zuzüglich Wegezeiten in der Natur. Änderungen und Verschiebungen sind möglich.

Zeitablauf	Inhalte und Instruktionen	UE
Tag 1		
09:00 - 12:15	Begrüßung, Inhalte, Kennenlernen Kursleiter und Teilnehmer	4
	Resilienz und Natur - warum und wie passt das zusammen? - Theorie	
13:30 - 16:45	Salutogenese in der Gesundheitsforschung und Politik in Deutschland und in der EU	4
	Ankommen in der Natur - Kennenlernen der 4 Natur-Elemente - Theorie und Praxis	
	"Der Resilienzbaum" - Theorie	
Tag 2		
09:00 - 12:15	Resilienzfaktoren Kinder - Vortrag	4
	Resilienzwurzel "Netzwerkorientierung" - Vortrags- und Austauschformat	
13:30 - 16:45	Resilienzwurzel "Selbstregulierung" - Theorie und Praxis	4
	"Die verschiedenen Resilienzwurzeln" - Lernformat	
Tag 3		
09:00 - 12:15	"Die verschiedenen Resilienzwurzeln" - Gruppenarbeiten - Fortsetzung - Vortrag	4
	Resilienzwurzel "Selbstwirksamkeit" - Theorie und Praxis	
13:30 - 16:45	Natur als Raum für Training der Resilienzwurzel "Achtsamkeit" - Theorie und Praxis	4
	Methodik und Didaktik für NR Training - Theorie	
Tag 4		
09:00 - 12:15	Resilienzwurzel "Optimismus" - Theorie und Praxis	4
	Resilienzwurzel "Akzeptanz" - Vortrag- und Austauschformat	
13:30 - 16:45	Methodik und Didaktik für NR Training - Vortrag	4
	Resilienzwurzel "Zukunftsorientierte Lösungsfindung" - Theorie und Praxis	

# Ablaufplan

Natur-Resilienz-Trainer\*in<sup>®</sup> für Kinder und Jugendliche



<b>19:00 - 19:45</b>	Landart mit Naturmaterialien - Praxis	<b>1</b>
<b>Tag 5</b>		
<b>09:00 - 12:15</b>	Lehrproben	<b>4</b>
	Lehrproben	
<b>13:30 - 16:45</b>	Vorbereitung Elternabend und pädagogisches FK - Praxis	<b>4</b>
	Auswertung, Abschluss und Ausblick	
<b>Gesamt</b>		<b>41</b>