

Als Naturcoach Menschen gesund voranbringen

25.08.2017, 09:32 | Persönlichkeitsentwicklung, Bewusstsein & Spiritualität

Pressemitteilung von: *DIENEMANN - NEUE WEGE FÜRS ICH*



Klient, Coach und Coachingprozess profitieren gleichermaßen von Naturcoaching.

Coaching in der Natur ist eine zeitgemäße Methode mit zahlreichen positiven Wirkungen. Naturcoach Katja Dienemann erläutert die Besonderheiten von Naturcoaching und schildert die Weiterbildungsmöglichkeiten.

Naturcoaching – was es leistet

Naturcoaching als besonders gesunde lösungs- und ressourcenorientierte Begleitung kann bei beruflichen und bei persönlichen Herausforderungen genutzt werden. Im Gegensatz zum klassischen Coaching, das im Sitzen in geschlossenen Räumen stattfindet, halten sich Coach und Klient beim Naturcoaching in der Natur auf und führen Gespräche meist im Gehen. Das ungewöhnliche Setting bringt Abstand zum Alltag, Distanz zum Problem und unterstützt lösungsorientiertes Denken.

Tiere, Pflanzen und Ökosysteme bieten für praktisch jede Lebenslage Analogien, die beim Coaching als Vorbild genutzt werden können. „Daher besitzt die Natur ideale Voraussetzungen, um für die großen Säulen des Lebens - Beziehungen, Beruf, Sinn und Gesundheit - gute Lösungen zu finden“, erläutert die systemische Naturcoach Katja Dienemann. Das natürliche Tageslicht, die intensiven Sinneserfahrungen und die Bewegung an der frischen Luft sind aktive Gesundheitsförderung.

Außerdem belegen zahlreiche wissenschaftliche Studien, was sie beim Naturcoaching immer wieder erlebe: „Der Alltagsstress fällt ab, die Stimmung steigt und insgesamt wird das Stressniveau niedriger. Ideale Ausgangsbedingungen, um auch große Herausforderungen entspannt und lösungsorientiert anzugehen.“

Dies bestätigt auch eine begeisterte Klientin aus Heidelberg. Die berufstätige alleinerziehende Mutter steckte im Hamsterrad fest und hatte sich zwischen Job und Familie verloren. „Das Naturcoaching hat meinen Kopf entwirrt und mir eine klare Richtung in meinem Leben gegeben. In der Natur geht die Seele auf, und man findet zu sich selbst zurück. Außerdem kann ich in Bewegung besser denken“, so die 45-Jährige. Besonders hilfreich seien die Beleuchtung aller wichtigen Lebensbereiche und die passend zum jeweiligen Thema ausgewählten Coaching-Orte gewesen. Fotos und Natursymbole zum Mitnehmen hätten die Umsetzung des Erarbeiteten zusätzlich unterstützt. „Heute habe ich einiges geändert. Ich stehe wieder mitten im Leben, und habe eine klare Vorstellung von meinem weiteren Weg“, lautet ihr Fazit.

Den Wachstumsmarkt Naturcoaching selbst nutzen

In Deutschland gibt es verschiedene Anbieter mit unterschiedlichen Weiterbildungsformaten zum Thema Naturcoaching. Die Palette reicht von Wochenendseminaren über 6-tägige Kompakt-Weiterbildungen bis hin zu mehrjährigen Ausbildungen. Auch die Zielgruppen variieren: Teilweise bedarf es für die Teilnahme einer entsprechenden Grundqualifikation, beispielsweise einen pädagogischen Beruf oder die Ausbildung zum Coach. Andere Weiterbildungen

stehen auch Quereinsteigern offen. Menschen, die sich zum Naturcoach qualifizieren möchten, sollten die verschiedenen Angebote vergleichen und das auswählen, das im Hinblick auf Inhalte, Methoden und Umfang am besten zu ihren Bedürfnissen und Voraussetzungen passt.



Die Kraft des Naturcoaching

<https://www.youtube.com/watch?v=ppdJSvgRZR4>

Portrait

Katja Dienemann, Inhaberin von DIENEMANN – NEUE WEGE FÜRS ICH mit Sitz in Wilhelmsfeld bei Heidelberg, begleitet seit 2002 die persönliche und berufliche Entwicklung von Einzelpersonen, Gruppen und Teams. Die systemische und Naturcoach, Trainerin und Prozessbegleiterin, NLP-Master und Erlebnispädagogin eröffnet ihren Kunden mit dem von ihr entwickelten, wissenschaftlich fundierten Ansatz „Lebenskunst nach dem Vorbild der Natur“ transferorientiert den Zugang zur Natur als Inspirations- und Kraftquelle.

Sie steht deutschlandweit und in Andalusien für Einzelcoaching, Walkshops, Seminare, Fortbildungen und Teamentwicklungsmaßnahmen zur Verfügung.

Themen, die ihre Kunden häufig bewegen, sind Neuorientierung, Lebensvision, Selbstwertgefühl, Selbstbehauptung, Selbstführung, Kommunikation, Zusammenarbeit, Gelassenheit und Work-Life-Balance.

Ab März 2018 kann man sich bei ihr zum zertifizierten Integrativen Naturcoach weiterbilden lassen (16 Tage in 5 Modulen, Odenwald). Die nächsten Informationsveranstaltungen zur Weiterbildung finden am 10.09.2017 in 69259 Wilhelmsfeld und am 19.10.2017 per Skype statt.

Kontakt und Infos: E-Mail: dialog@katja-dienemann.de, <http://www.katja-dienemann.de>,
<http://www.weiterbildung-naturcoach.de>

News-ID: 965111 • Views: 851 (Stand: 08.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/965111/Als-Naturcoach-Menschen-gesund-voranbringen.html>