Naturcoaching
zum Kennenlernen

Die Natur als Resonanzraum und Ressource einzusetzen, ist in den vergangenen Jahren immer mehr ins Bewusstsein gerückt. Allen voran sei das „Waldbaden“ erwähnt, es gibt aber auch die „Naturtherapie“, „Naturexerzitien“ und „nature-writing“, um nur einiges zu nennen.
Beim „Naturcoaching zum Kennenlernen“ wirst Du von einem zertifizierten Coach in Deinem Prozess begleitet. Dabei bist Du nicht in einem geschlossenen Raum, sondern an einem Ort in der Natur, der das Thema widerspiegelt. Hier wirst Du angeleitet, mit diesem Ort in Resonanz zu kommen und Dich so dem Thema zu nähern. Du bekommst eine Idee davon, wie kraftvoll Coaching wirken kann, in diesem Fall unter Einbeziehung der Natur.
Die Themen sind: am 12.08.: „Im Fluß sein“
und am 14.10.: „Übergänge erleben – mich in Übergängen erleben“.
Weitere Termine findest Du auf unserer Homepage www.quellhaus.de

Sabine Plaschke
Seminarhausleiterin und Coach
(IHK und EASC zert.)

Wann: Samstag, 12.08.2023 und Samstag, 14.10.2023
Quellhaus, Breder Str. 4a, 32108 Bad Salzuflen
Kosten: 18,- €
Anmeldung: 05222 17754 oder info@quellhaus.de
Anmeldeschluss: Mi, 09.08.2023 bzw. Mi, 11.10.2023
max. TN Zahl: 12 Personen

Quellhaus e.V. Coaching – Natur - Glaube

„Im Fluss sein“

Bei diesem Thema geht es darum zu schauen, wo Dein Leben im Fluss ist, wie es sich gerade anfühlt. Wo stockt es, wo bist Du „im Flow“. Was bewegt sich in Deinem Leben und in welche Richtung fließt es?

Dazu wird Dir der Fluss oder Bach als Spiegel dienen.

„Übergänge erleben – mich in Übergängen erleben“

Übergänge begleiten unser Leben. Da gibt es die äußeren Übergänge wie der Schulbeginn, die erste eigene Wohnung, Eltern werden, den Beruf wechseln, aber auch körperliche Prozesse, wie spüren, dass die Kraft nachlässt, gehören dazu. Sie fordern uns heraus, gehen mit Unsicherheit einher, das Alte funktioniert nicht mehr, das Neue ist noch nicht da. Ein bewusstes Wahrnehmen dieser Zeiten hilft Dir, sie nicht nur auszuhalten, sondern sie aktiv und gewinnbringend zu erleben. Die Natur wird Dir dabei unterstützende Hinweise geben.