

PERSPEKTIVWECHSEL IM SPIEGEL DER NATUR

Veränderungen als Chance begreifen, um den persönlichen und beruflichen Herausforderungen besser zu begegnen

Sie wünschen sich eine Auszeit, um aus dem Gedankenkarussell auszusteigen, die Dinge mal aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten, neue Perspektiven in Zeiten von persönlichem oder beruflichem Stress zu gewinnen und frische Kraft zu tanken?

Gemeinsam wollen wir die Natur erleben und ihre Potenziale für einen neuen Blickwinkel erschließen und nutzen. Achtsamkeitsübungen in der Natur und Grüne Meditation dienen der Entspannung und Balance. Bewegung und frische Luft lassen Sie neue Frische empfinden. In leichte Wanderungen durch Wald und Flussaue werden naturerlebnispädagogische Aktionen und Land-Art (künstlerisches Arbeiten mit Naturmaterialien in der Natur) eingeflochten, die Aha-Erlebnisse ermöglichen und den Perspektivwechsel unterstützen. Kommunikationspsychologische Modelle werden in ihrer Relevanz für gute Lösungsfindungen erklärt und bei Aktionen in der Natur erprobt.

Eine besondere Erfahrung ist ein sogenanntes Walk Away-Ritual, in der Sie einen Nachmittag alleine in der Natur unterwegs sind, um Antworten auf persönliche oder berufliche Fragestellungen zu finden.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Für die Wanderungen und Spaziergänge ist eine normale körperliche Fitness ausreichend. Für das Walk Away-Ritual ist eine normale psychische Gesundheit Voraussetzung.

Wir werden bei jedem Wetter draußen sein, angemessene Kleidung und gutes Schuhwerk sind daher wichtig.

Die Anerkennung auf Bildungsurlaub ist in RLP beantragt.

Die Anerkennung der Bildungseinrichtung in NRW und Ba-Wü liegt vor.

LEITUNG

Christoph Diefenbach
Ref. f. ländliche Bildung

FACHREFERENT / IN

Dr. Jonna Küchler-Krischun
Michael Krischun

PREIS

589,00 EUR inkl. Verpflegung & Übernachtung im EZ

TERMIN

28.09.2020, 10:00 Uhr bis 02.10.2020, 16:30 Uhr

KONTAKT UND ANMELDUNG

Evangelische Landjugendakademie

Dieperzbergweg 13 -17 | 57610 Altenkirchen/Westerwald

www.lja.de | info@lja.de | Telefon 0 26 81 / 95 16 0

