



NATURCOACHING

Die Natur ...

- ... steht für **Ruhe und Fülle**. Das schafft Klarheit und Kreativität.
- ... ist ein Abbild von allem, was das **Leben** ausmacht.
- ... zeigt die Gleichzeitigkeit vom **Werden, Leben, Vergehen und Wiederkehren**.
- ... ist voll von **Metaphern** und Bildern – für jedes Thema und für jede Lösung.
- ... stellt eine komplexe Lebensgemeinschaft dar, die durch perfekte Verbundenheit besticht.
- ... eignet sich optimal, um die Sinne zuerst nach **ausßen** und dann nach **innen** zu richten.
- ... hilft dabei, ganz fokussiert in der **Gegenwart** zu bleiben.
- ... Bedient im Idealfall alle **Sinne**, was die Offenheit auf der Lösungssuche begünstigt.
- ... ist Licht und Bewegung, Tiergeräusch und Wind, Stein und Holz, Blüte und Erde, Beere und Nuss.
- ... ist voll von **Symbiosen** und öffnet den Blick für Unterstützung und Hilfsbereitschaft.
- ... hilft dabei, weitere **Ebenen** (neben dem Verstand) einzubeziehen.

Die Haltung

Mit dieser Haltung gelingt es, das Potenzial der Natur als Coachingraum gut zu nutzen.

langsam werden

gehen, als wärst du zum **ersten Mal** hier an diesem Ort – offen für Entdeckungen

unterwegs sein wie ein **Kind**: leicht, neugierig, intuitiv und lustbetont

dorthin gehen, wo es dich **hinzieht**

dich von der Umgebung inspirieren lassen und auf die **passenden Antworten** vertrauen

Version 24-09-12