

## Natur-Coaching mit Teams

Im beruflichen Umfeld ist die Natur als Ort der Inspiration und Kraftquelle bis heute lediglich rudimentär verankert. Die meisten Menschen arbeiten gemeinsam mit Kolleginnen und Kollegen in geschlossenen Räumen. Unter dem Motto „Alles für Menschen, alles draußen“ möchte das im Jahr 2010 mit dem besten Coaching-Konzept ausgezeichnete Unternehmen von Carsten Gans eine Brücke bauen, um die Natur mit ihren vielseitigen Aspekten der Arbeitswelt zugänglich zu machen. Seit vielen Jahren ermöglicht Carsten Gans Teams im Rahmen von Business-Coachings persönliches und nachhaltiges Naturerleben mit allen Sinnen, das gemeinschaftliches Miteinander und eine bessere Zusammenarbeit fördert.

Carsten Gans nutzt hierbei seinen Erfahrungsreichtum aus mehr als 14 Jahren Natur-Coaching regelmäßig in ein- bis zweitägigen Teamcoachings. Meist werden diese in der Region zwischen Frankfurt-Aschaffenburg-Würzburg im Naturpark Spessart geplant, auf Wunsch auch überregional. Die Weiterbildung in „Natur-Coachings mit Teams“ richtet sich vor allem an ausgebildete Business-Coaches, die mit Coaching-Grundlagen vertraut sind und sich neue fundierte Kenntnisse für die Arbeit an der frischen Luft aneignen möchten.

### **Die Natur als Lernumgebung für Teams**

Das Coaching in der Natur setzt auf die bewährten Vorteile des Lernens durch aktive Bewegung, mentale Arbeit und Erfahrungen. Neben den bekannten positiven Auswirkungen auf Körper und Geist profitieren Teams von den durchgeführten Übungen und Interventionen, die sie aufmerksamer und achtsamer agieren lassen. Aufgrund der größeren Entspannung und Offenheit – dank der intuitiven Sinneseindrücke wertet das Gehirn das Erlebte nachhaltig positiv – entwickeln die Teilnehmer ein Bewusstsein, dass es ihnen erlaubt, Ursachen und Lösungen für bewusste oder unterbewusste Konflikte zu finden. Im Rahmen der Teamcoachings bleibt es den einzelnen Mitarbeiter: innen freigestellt, ihre persönlichen Impulse im Team mitzuteilen oder einfach für sich selbst im Privat- und Berufsleben umzusetzen. Alle Erkenntnisse und Lösungsideen, die das ganze Teams betreffen, werden offen und wertschätzend geteilt und zu konkreten Maßnahmen entwickelt.

Auf diese Weise helfen Natur-Coachings, die Kooperation, die bisher 'sub-optimal' und zum Beispiel durch unklare Rollenverteilungen oder Wünsche gekennzeichnet war, nachhaltig über den Teamcoaching-Tag hinaus zu verbessern. Das Coachingangebot spricht außerdem Firmen an, deren Zusammenarbeit mit Konflikten oder mangelnder Wertschätzung behaftet ist. Da die natürliche Umgebung im Grünen den Körper und Geist entschleunigt, leistet das Coaching weiterhin präventive gesundheitliche Vorsorge – etwa, um eine drohende Arbeitsüberlastung oder Burn-Outs zu vermeiden.

### **Weiterbildung für Natur-Coaching mit Teams im September geplant**

Eine nächste Möglichkeit, „Team-Coaching“ an der frischen Luft zu erlernen, ergibt sich wieder auf dem Ellernhof in 97909 Stadtprozelten Ende September und Mitte Oktober 2022. Jeweils vom 26.-28.09. sowie 10.-13.10.2022 führt Carsten Gans in die Grundsätze des Natur-Coachings ein und erklärt die Methodik und damit verbundene Übungen und Interventionen in Theorie und Praxis. Dabei stehen neben mehreren systematischen auch besonders aktive Übungen und Interventionen wie zum Beispiel Team-Bogenschießen im Mittelpunkt, um für mehr Bewusstsein, Klarheit und Lösungen zu sorgen.