



Stadt, Park, Fluss - Städtische Naturräume in der Kurzzeittherapie

Frank-Otto Pirschel

Gärten, Parks, Wälder – zunehmend nutzen Therapie-Verfahren die heilende Wirkung der Natur. Zahlreiche Forschungen belegen die stressreduzierende Wirkung von Naturräumen. Entfremdungsprozesse der technologisch-industriellen Lebensweise verstellen gerade Stadtmenschen zunehmend den selbstverständlichen Zugang zur Natur. Wichtige Ressourcen gehen so verloren. Wenn wir gegensteuern und „draußen arbeiten“, stehen neue Sichten, Geräusche und zahlreiche Materialien zur Verfügung. Mit der Perspektive ändern sich die Gedanken, die Gefühle und die Lösungserwartungen.

Wetterangemessene Kleidung ist zwingend erforderlich!

- Ziele:
- Natur und Naturmetaphern im Beratungsprozess nutzen
 - Gewahrsamkeitsübungen für den Alltag
 - Anliegen und Naturarbeit
- Inhalte:
- Die gesundheitsfördernde Wirkung städtischer Naturräume
 - Die persönliche Stadt-Natur-Erfahrung in der Lebensphase (Ökologisation)
 - Kreative Erkundung städtischer Parks und Gewässer
- Zielpublikum: Psycholog:innen, Sozialpädagog:innen, Erzieher:innen
- Kursleitung: **Dr. rer. pol. Frank-Otto Pirschel**
Diplom-Sozialpädagogin, Systemischer Therapeut (SG), Gestalttherapeut,
Sozialtherapeut Sucht, Supervisor, Coach
- Ort: Norddeutsches Institut für Kurzzeittherapie, NIK e.V.
Außer der Schleifmühle 40, 28203 Bremen
- Datum: 06. Mai 2023, Samstag, 10:00 - 17:30 Uhr
- Kurskosten: € 140,00
- Anmelden: schriftlich per E-Mail an info@nik.de oder per Post
(Sie erhalten eine schriftliche Bestätigung.)