

Waldpsychologie - Ausbildung

Wie verändert das analoge Denken unsere Sichtweise?

In welcher Weise beeinflusst uns der Aufenthalt im Wald?

Gibt es dabei Unterschiede im Wesen und Wirken verschiedener Wälder?

Wie reagiert unsere Psyche auf den Kontakt mit einzelnen Bäumen?

Wie wirkt der Wald als System auf uns und warum ist die enge Verbindung zwischen Baum und Mensch, zwischen Wald und Mensch so tief in uns verwurzelt?

Wie kann uns die heilsame Kraft des Waldes für unsere psychische Gesundheit, zur persönlichen Entwicklung oder dem allgemeinen Wohlbefinden helfen und uns begleiten?

Einführung in die Waldpsychologie (Theorie, Einsatzfelder, Traditionen)

- das analoge Weltbild
- das Wirken der Wälder in der Tradition des alten Wissens
 - was ist Waldpsychologie heute?
 - Einsatzfelder der Waldpsychologie
- Einführung in den Waldrat, die Waldtherapie und naturbasierte Prozessbegleitung

Grundlagen psychologischer Arbeit in der Natur (wissenschaftliche Hintergründe, Methodenlehre, alte Weisheiten)

- verschiedene Methoden psychologischer Arbeit in der Natur
- seelische Gesundheit & Grundlagen psychologischer Pathologie
- wissenschaftliche Hintergründe zur Heilkraft des Waldes

- soziologische Aspekte
- das gespeicherte alte Wissen in unseren Zellen
- der Wald als Spiegel innerer Prozesse

Praktisches Arbeiten mit der Waldpsychologie (Theorie, Selbsterfahrung, Übungen)

- Schulung der Sinne (zur Selbsterfahrung und als Werkzeug)
 - Achtsamkeits- und Wahrnehmungsschulung (-- " --)
- Lehre der 4 Elemente, Einordnung und Arbeit mit den 4 Elementen in der Waldpsychologie
 - das Wirken als Vermittler

Wirken des Waldes (Wesenslehre verschiedener Baumarten, Waldtypen, Kraftorte, Waldbewohner, Mythologie)

- Wesen und Heilkraft der Bäume
 - der Wald als heilsamer Raum
- Wirkung verschiedener Wälder/Waldtypen
 - besondere Plätze - Kraftorte
 - der Wald als Lebensraum
- Wesen und Bedeutung der Waldbewohner
 - Wald- & Baummythologie
- Wirkung verschiedener Hölzer

Bedeutung von Riten und Zyklen (Räuchern, Ritualarbeit, Jahreskreis)

- Räuchern für die Seele

- Ritualarbeit als psychologisches Werkzeug
- Bedeutung des Jahreskreises und natürlicher Zyklen

Waldwissen (Geschichte, Wetter, Ökologie, Mensch & Wald)

- Auswirkung von Klima, Wetter und Jahreszeiten
- der Wald und die Geschichte der Menschheit
- natürliche Zusammenhänge im Ökosystem Wald
 - der Wald im Wandel
- warum wir den Wald brauchen & er uns

Praktische Einheiten

- Werkzeuge psychologischer Arbeit in der Natur
 - Selbsterfahrung
 - Walderleben - Natur erfahren
 - naturbasierte Prozessbegleitung
 - Sinnesschulung
- Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen