

15th EU Forestpedagogics Congress

Forests for Human well-being – more important than ever

02.06.2021

Agenda

Education of Forest health trainers as forest therapists

- **Clarification:**
Mindfulness in the forest/nature: „Forest bathing and Forest Therapy“
Klärung Waldbaden und Waldtherapie
- **Analysis of the current forest & health trainer market using the example of „Baden-Württemberg“ as an example“**
Analyse des derzeitigen Wald- Gesundheitstrainermarktes am Bsp. Süddeutschland
- **Potential of this topic for the forestpedagogics**
Potenziale dieses Themas für die Waldpädagogik
- **Opportunities for cooperations between forest and health**
Anforderungen an die Praxis & Kooperationsmöglichkeiten zwischen Forst und Gesundheitssektor

Clarification: Mindfulness in the forest/nature: „Forest Bathing“ and „Forest Therapy“

Klärung Waldbaden und Waldtherapie

Clarification:

Mindfulness in the forest/nature: „Forest Bathing“ and „Forest Therapy“

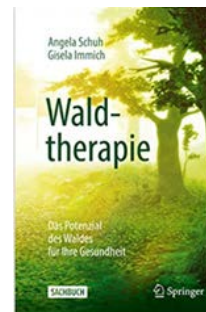
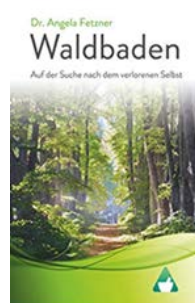
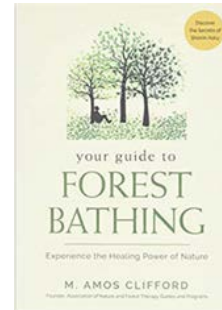
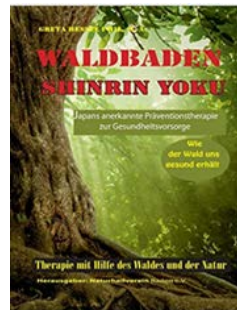
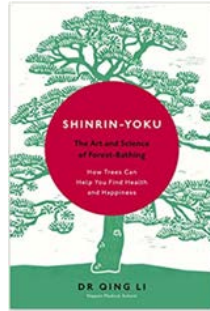
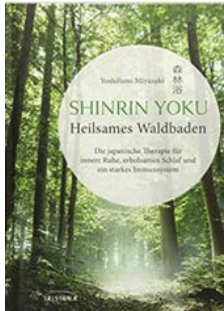
English	German	French	Japanese
Mindfulness	Achtsamkeit	La pleine conscience	マインドフルネス
Forest bathing	Waldbaden	Bain de forêt	森林浴
Forst therapy	Waldtherapie	Thérapie forestière	森林療 / 森林セラピー

=

Shinrin Yoku - 森林浴

?

Nah dran. Weit voraus.



Various publications

Nah dran. Weit voraus.

Clarification:

Mindfulness in the forest/nature: „Forest Bathing“ and „Forest Therapy“

Shinrin Yoku - 森林浴

Forest bathing

Waldbaden

森 Shin = large forest

großer Wald,

林 rin = small forest

kleiner Wald,

浴 Yoku = Bathing

Baden

Shinrin Ryoho - 森林療

Forest therapy

Waldtherapie

森 Shin = large forest

großer Wald,

林 rin = small forest

kleiner Wald,

療 Ryoho = Treatment

Behandlung

Clarification:

Mindfulness in the forest/nature: „Forest Bathing“ and „Forest Therapy“

- "**Shinrin Yoku Phase-1**" is stress management through simple easy walks in the forest.
- "**Shinrin Yoku Phase-2**" is forest therapy / nature therapy the path to self-knowledge or an expansion of consciousness with therapeutic guidance." (Hessel 2018, Introduction)

Analysis of the current forest & health trainer market using the example of „South Germany“

Analyse des derzeitigen Wald- Gesundheitstrainermarktes am Bsp.
Süddeutschland

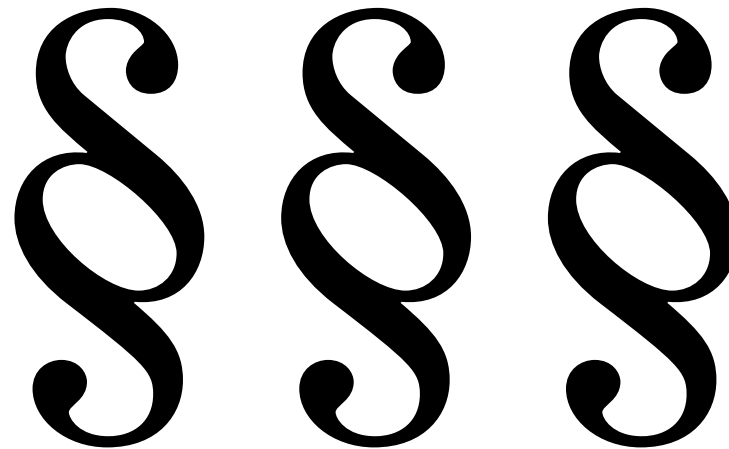
Google Search: Forest bathing / Forest therapie education/training

Google – Suche: Waldbaden / Waldtherapie - Ausbildung 23.5.2021

- <https://www.waldbadenausbildung.de/>
- <https://www.akademie-für-naturtherapie.de/waldtherapie-ausbildung/>
- <https://www.waldbaden.com/ausbildungenn/>
- <https://www.waldresort-hainich.de/waldbaden/waldbaden-ausbildung>
- <https://waldbaden.bio/ausbildung/>
- <https://waldbaden-akademie.com/kleinfein/>
- <https://becomepro.de/waldbaden-ausbildung/>
- <https://www.kneippakademie.de/kurs/waldbaden-indian-balance-naturer/>
<https://waldbadenkurse-shinrinyoku.de/ausbildung/>
- <https://www.akademie-gesundes-leben.de/seminare/entspannenbewegung/kursleiterin-waldbaden>
- <https://www.eag-fpi.com/kurzzeitausbildungen/naturnahe-therapieformen/weiterbildung-waldtherapie/>
- <https://www.waldwelt.at/ausbildungen/>
- <https://naturheilverein-baden.de/gesundheitsberater/>
- <https://www.ziemer-falke.de/coach-fuer-waldbaden-mit-hund/>
- <https://www.ek-akademie.de/ihk-lehrgang/naturerleben-waldbaden/>



Nah dran. Weit voraus.



Evaluation of the online offers

Auswertung der Online- Angebote



Hochschule für Forstwirtschaft
Rottenburg

Hochschule für Angewandte Wissenschaften

	Anbieter	Qualifikation des Anbieters/Mitarbeiter	Zertifizierung der Anbieter durch	Dauer	Form	Abschluss	Kosten	Ort	
https://www.waldbadenausbildung.de/	© Akademie für Ganzheitliche Heilung - Ausbildung Waldbaden (Julia Bräunig)	k.A.	k.A.	8 Wochen	Online	Kursleiter-Zertifikat	149,00 €	Lerne in unserer 8-wöchigen Intensivausbildung alles über die vielfältigen Heilwirkungen des Waldes. Inklusive 20 Übungen und Meditationen, Audiodateien und Ausbildungsskript. Mit dem Abschlusszertifikat kannst du auch selbst Kurse in Waldbaden anbieten. Online-Ausbildung "Waldbaden" inkl. Kursleiter-	Reinbek
https://www.akademie-für-naturtherapie.de/waldtherapie-ausbildung/	Akademie-für-Naturtherapie Akademie für Waldtherapie und Waldbaden-Shinrin Yoku Kurse Greta Hessel Phil. M.A.	Greta Hessel Phil. M. A., HP Psychotherapie	Internationale Akademie für Wald & Naturtherapie 1. Vorsitzende: Greta Hessel Phil. M. A., HP Psychotherapie Naturheilverein Baden e.V. 1. Vorsitzende: Greta Hessel Phil. M.A. HP Psychotherapie	zus. 6 Tage	Präsenz	Teil 1: Zertifizierter Kursleiter in Waldbaden/Shinrin Yoku – Grundlagenkurs 3 Tage Teil 2 Wald-Naturtherapeut 3 Tage	920 €	Teil 1 : Abschluss: Kursleiter Waldbaden/Shinrin Yoku 3 Tage 460€ Teil 2 Ausbildung zum zertifizierten Wald & NaturtherapeutenWaldtherapie-Gesundheitsberatung Gruppe, 3 Tage 460 €	Baden-Baden
https://www.waldbaden.com/ausbildungen/	Forum für Waldbaden und Naturerleben - Annette Bernjus	Lehrerin für Taijiquan und Körperarbeit Entspannungspädagogin Meditationslehrerin Stress- und Burnout-Coach Trainerin und Ausbilderin für Waldbaden Geomantin i.A. Knospenpädagogin Natur- und	k.A. zum Waldbaden speziell	1 X 4 Tage und 1 X 2 Tage oder eintägige Ausbildung zus. 5-6 Tage/ 7 Tage		Ausbildung Kursleiter*in für Waldbaden - Achtsamkeit im Wald (c) Zertifikat des "Forums für Waldbaden und Naturerleben"	679,00 €		Hofheim am Taunus
https://www.mobile-university.de/zertifikate/waldtherapie/	SRH-Fernhochschule - The Mobile University	Professoren HFR Rottenburg + Uni Tübingen	Staatliche Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU), Nr. 287217	7 Monate	Online + Präsenz 3 Module	Wald-Achtsamkeitstrainerin (SRH) / Wald-Achtsamkeitstrainer (SRH)	18 ECTS entspricht 540 Std. Arbeitsaufwand	Durch die fundierte Qualifizierung zum Wald-Achtsamkeitstrainer (SRH) auf Hochschulniveau lernen Sie die gesundheitspsychologischen und waldökologischen Hintergründe kennen und erlernen die Anwendung von Achtsamkeitstechniken. Als Wald-Achtsamkeitstrainer können Sie die erworbenen Techniken im rechtlich zulässigen Rahmen außerhalb der Heilkunde bzw. auch im Bereich der Klinik anbieten.	Online + Rottenburg
https://www.bundesverband-waldbaden.de/ausbildungen/	Bundesverband Waldbaden e.V. 2019 gegründet, überregional BVWA-zertifizierte Ausbildungen werden von geprüften Partnerunternehmen angeboten. Z.B. Shinrin-Yoku.life/OWL Red. GmbH/Forstwirtschaft Meier sowie von der Naturschule Diez	Verschiedene Professionen sind unter den Gründungsmitgliedern zu finden: Von der Ärztin über den Diplom-Biologen und Heilpraktikerinnen für Psychotherapie bis zum Buchautor und einem Diakon.	Der Bundesverband Waldbaden e.V. (BVWA) wurde vom Deutschen Forstzertifizierungsrat in die Standardrevision 2020 der PEFC-Zertifizierung berufen. In der Arbeitsgruppe Erholung war der BVWA an der Entwicklung von Standards für Kur- und Heilwälder PEFC beteiligt,	3 Blöcke ca. 2-3 Tage	Webinar und Präsenz	BVWA-Zertifikat „Kursleiter/in Waldbaden“	k.A.		32427 Minden
		Kursleitung: Gisela							

University Certificate Forest Mindfulness Trainer*in (SRH)/ Forest Therapist*in (SRH)



1. Certificate "Forest and Health: Resilience and Mindfulness Training" with the degree **"Forest Mindfulness Trainer (SRH)"**.
2. Certificate "Psychology & Communication - Forest Therapy" with the degree **"Forest Therapist (SRH)"**

University Certificate

Forest Mindfulness Trainer*in (SRH)/ Forest Therapist*in (SRH)

Module 1 Forestry and Forest Education

Forestry

- Ecology and humans
- Forest functions
- Sustainability and sustainable development
- Forestry in Germany and forestry organizations, forestry/nature conservation aspects

Forest pedagogics

- Exemplary species knowledge focus on plants/animals - Orientation in the forest
- Forest with all senses
- First suggestions - organization of forest experiences
- Recognizing and avoiding dangers/risks in the forest

Quality management and product design

- Nature experiences and their staging
- Quality requirements of experience staging
- Nature-based experience activities: trends
- Experience-oriented product design

Potential of this topic for the forestpedagogics

Potenziale dieses Themas für die Waldpädagogik

Potential of this topic for the forestpedagogics

Potenziale dieses Themas für die Waldpädagogik

Opportunities for cooperation between the forest and the health (Quick – Overview)

Anforderungen an die Praxis & Kooperationsmöglichkeiten zwischen Forst und Gesundheitssektor

Forest pedagogics	Forest bathing	Forest therapy
<p>Forest-related environmental education / ESD without direct health aspect.</p> <p>Links economy, ecology and social issues</p> <p>Use of vers. methods, e.g. Games</p> <p>Getting to know / experiencing the forest as a natural environment</p>	<p>Customer/client comes with concrete request</p> <p>Forest bathing trainer is a companion who keeps the client's concerns in mind</p> <p>Method: Forest bathing / mindfulness indirectly or combination with yoga or similar.</p> <p>Forest, as a place of well-being</p>	<p>Patient: Presence of a diagnosis and/or a special indication</p> <p>Therapist treats patient</p> <p>Forest bathing is a method of therapy</p> <p>Therapy room forest is different from usual</p>

Nah dran. Weit voraus.

Opportunities for cooperation between the forest and the health

Anforderungen an die Praxis & Kooperationsmöglichkeiten zwischen
Forst und Gesundheitssektor

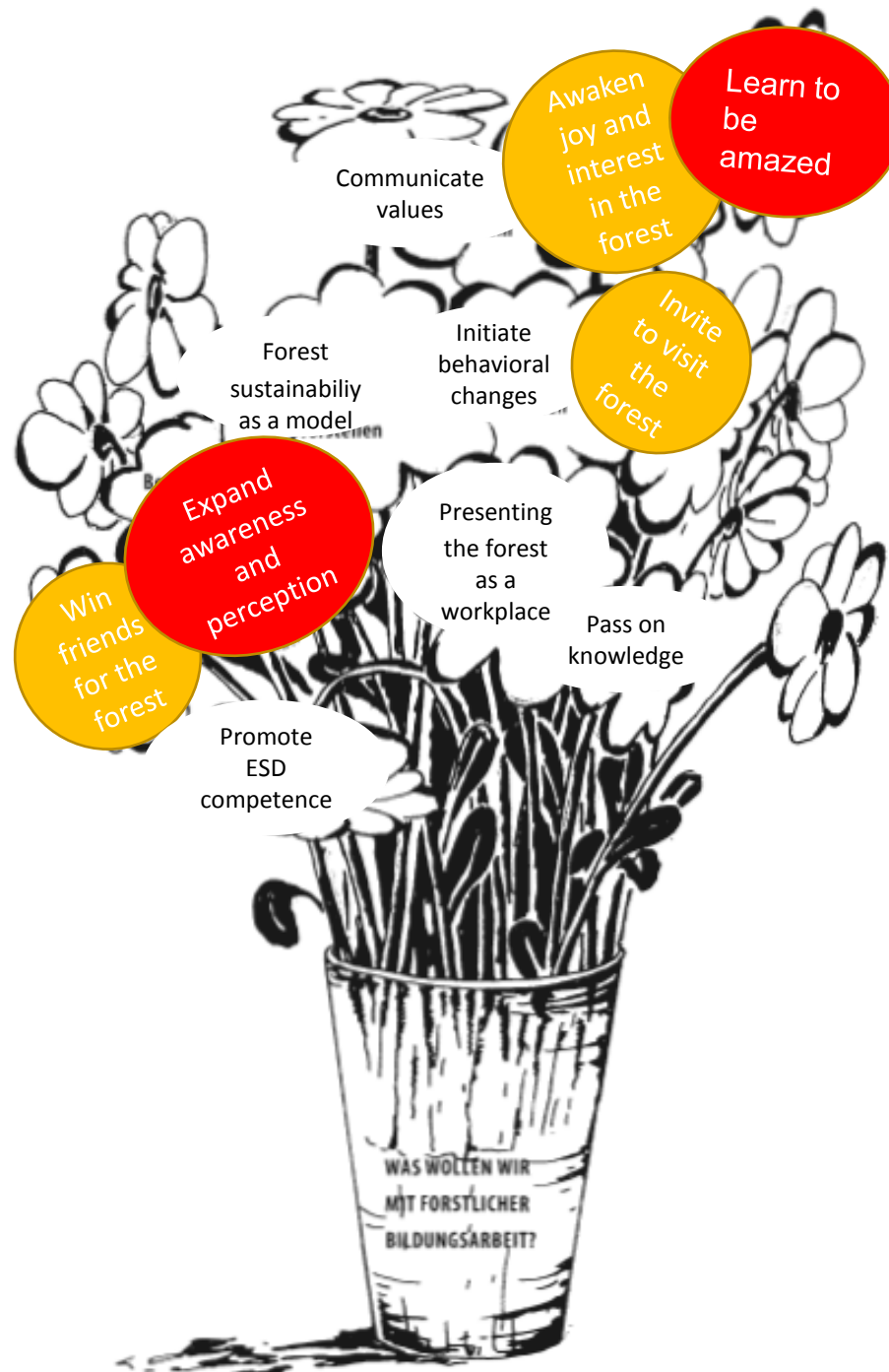
In Japan,
forest bathing as a therapeutic measure takes place mainly in groups,
so solo time is a particular concern there.

Forest bathing is ...

- deceleration and slowness
- resting and resting
- opening the senses
- deepened breath
- gentle movements
- relaxation for the eyes
- (re)learning to be amazed
- being in the here and now
- lived mindfulness
- time for yourself - solo time
- touching - being touched
- grounding and rooting
- Experience silence
- Coming to oneself
- Feel the joy of nature
- Protecting nature
- remembrance
- enjoyment
- happiness
- devotion
- joy of life
- Arrival and discovery."

(Bernjus und Cavelius 2018, S. 54–55)

Forestpedagogics



r Forstwirtschaft
wandte Wissenschaften

General

Especially

Bay.
Forstverwaltung
Ziele forstlicher
Bildungsarbeit

voraus.

Thank you for your attention