

**Persönlichkeitsentfaltung  
in und mit der Natur**



**Projektangebote  
für Institutionen und Gruppen**



*Die folgenden Projektvorschläge geben einen Einblick in die Arbeit von Naturspirit. Bei der konkreten Umsetzung werden die Projekte individuell auf den Kunden abgestimmt.*

## **Trekking (Expedition)**

Mit Abenteuerlust sind wir gemeinsam unterwegs, bauen uns eine einfache Unterkunft, kochen auf dem Feuer und erwachen am Morgen vom Vogelgezwitscher.

Je nach Gruppenthema wählen wir einen entsprechenden Naturraum aus. So z.B. für einen Lebensübergang einen Pass oder für die Suche nach Werten einen Weg hin zu einer Quelle.



## **Pilgern auf dem Jakobsweg**

Ausgerichtet nach Santiago gehen wir Schritt für Schritt. Wir lassen unser zu Hause zurück, setzen uns unterwegs dem Ungewissen aus und kehren mit neuen Erfahrungen selbstbewusst zurück. Der Weg wird so zu einem bestärkenden Ritual.

Eignet sich besonders am Schluss der Primarschule, für Firmung 17plus oder auch für Erwachsene.



## **Waldleben**

Das Gruppencamp mit dem Feuer wird zu unserer gemeinsamen Stube. Auf dem Kochfeuer nebenan entstehen köstliche Menüs. Geschmückt durch Naturmandalas oder Naturkunst wird der Wald nach und nach zu unserem zu Hause. Es entsteht ein Raum, in dem das Leben neu entdeckt wird. So auch im Waldtheater, welches mit Moos- und Steckenfiguren aufgeführt wird.





## Solocamp

12 bis 24 Stunden mit sich selbst sein, für sich Feuer machen, kochen und im selbst gebauten Camp übernachten. Ein Angebot das die Eigenständigkeit und das Selbstbewusstsein fördert. Das Mass der Herausforderung kann mit der Entfernung zum Gruppencamp und der Dauer der Solozeit individuell angepasst werden.

## Vater-Sohnnacht / Paten-Patenkindnacht

Sich gemeinsam ein Camp bauen, zusammen auf dem Feuer kochen und draussen schlafen. Über das gemeinsame Erleben wird die Beziehung zwischen Kind und Erwachsenen gestärkt. Im Gruppencamp wird anschliessend über die gemachten Erfahrungen spielerisch ausgetauscht.



## Nachtwanderung

In der Nacht unterwegs zu sein, löst Abenteuerlust und Nervenkitzel aus. Mit einem gemeinsamen Feuer im Wald entsteht ein Ort der Geborgenheit und des Vertrauens. Mit dem Wolfspfad (dort wird ein kurzes Stück alleine durch den Wald gegangen) kann die Erfahrung mit der Dunkelheit noch vertieft werden.

## Gemeinsam draussen übernachten

Sich sein eigenes „Haus“ mit einfachen Mitteln bauen und dann im eigenen „Haus“ schlafen. Etwas das schon kleine Kinder in der Wohnstube aus einem inneren Bedürfnis heraus machen, findet draussen in der freien Natur für Jugendliche die Fortsetzung.



## Land- oder Snow- Art

Mit natürlichen Materialien arbeiten wir künstlerisch oder thematisch. Der Mensch nimmt die Natur wahr und bringt sich durch seine Gestaltung aktiv ein. Dabei kann ein Lebensweg oder ein inneres Erleben ausgedrückt werden.

## Schneeschuhlaufen

Die eigenen Spuren in die frisch verschneite Landschaft ziehen. Zu sehen, durch welche Landschaften mein Weg sich gezogen hat und selbst zu wählen, wie und wo es weiter gehen soll. Eine Möglichkeit sich auch im Winter lustvoll draussen fortzubewegen und thematisch zu arbeiten. Der Schnee bietet vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten: künstlerische Figuren, gruppendedynamische Spiele oder ein spiritueller Impuls, bei dem ein Schneelabyrinth durchgegangen wird.



## Eseltrekking



Mit Eseln unterwegs zu sein löst bei uns Menschen eine Faszination aus. Doch schon nach den ersten Schritten ist spürbar, dass der Esel uns mit seinem je eigenen Charakter herausfordert. Mal gilt es mit ihm feinfühlig zu sein, ein andermal gilt es mit innerer Klarheit die Führung zu übernehmen. So werden Führungsqualitäten, der eigene Stand, aber auch die Feinfühligkeit gefördert.

## Iglu oder Schneehöhle bauen

Die Faszination einmal wie die Inuits zu Hausen steckt in jedem Kind und ist meist auch noch bei den Erwachsenen präsent. Ein Element das besonders auf der gruppendynamischen Ebene Prozesse ermöglicht.



## Segelturn



Wir sind in Holland auf dem Wattenmeer mit einem Seegelschiff unterwegs. Der Wind und die Gezeiten bestimmen unseren Rhythmus. Im Vordergrund steht das gemeinsame Segeln, Essen und Erkunden der Inseln. Zwischendurch entsteht viel Freiraum für die Kontakte untereinander und spontane Ideen. Beim Segeln auf dem Meer kommt wohl bei jedem irgendwann ein starkes Freiheitsgefühl auf. Wir überqueren Landes- und Erfahrungsgrenzen.

Der Segelturn eignet sich besonders für Lebensabschnitte, wo Schritte zu neuen Ufern angesagt sind. Dies ist zum Beispiel beim Schulschluss oder Lehrabschluss der Fall.

## Initiatorische Rituale



anderen Menschen gesehen und bestärkt werden. So ist es zum Beispiel bei der Hochzeit wichtig, dass das Paar gesehen und bestätigt wird. Eine besondere Herausforderung bedeutet es, in der heutigen Zeit erwachsen zu werden. Unsere komplexe Gesellschaft fordert von einem jungen Menschen viel, bis er als erwachsen gilt, und der Übergang zieht sich aus sozialer Sicht heute über bis zu 15 Jahre hin. Ein initiatorisches Ritual kann dem jungen Menschen helfen, den Schritt in das Erwachsensein bewusster zu machen und schon früher in die selbstbewusste Kraft des erwachsenen Seins zu kommen.

Meist sind wir in Lebensübergängen allein gelassen und es wird einfach erwartet, dass dieser Übergang gemeistert wird. Eine bewusste Gestaltung in einer kleinen Gemeinschaft nimmt einem zwar nicht ab, dass der Übergang selbst gegangen werden muss, erleichtert aber die Schritte. Gerade bei innerseelischen Prozessen ist es wichtig, dass sie äusserlich real sichtbar werden und von



## Lebenskompass

(Ein Lebensrad nach Ursula Seghezzi)



Wir lernen in der Schule Rechnen und Schreiben, doch wir werden nicht in die natürlichen Gesetzmässigkeiten des Lebens eingeführt. Der Lebenskompass lässt uns erkennen, wie die Lebensbewegungen verlaufen und wie wir durch herausfordernde Lebenssituationen gehen können.

Je nach der zur Verfügung stehenden Zeit findet die Einführung in den Lebenskompass in einem dialogischen Gespräch oder erlebnisorientiert in der Natur statt.

## Gewaltprävention durch Kampfespiele®

Insbesondere Jungs erfahren in der Schule, dass sie ihren natürlichen Bewegungsdrang nicht ausleben können. Durch die Kampfespiele® erfahren sie, wie ihr eigener Power gelebt werden kann und dass es Spass macht. Spass macht es jedoch nur so lange das Kämpfen fair bleibt. Fairness lernen die Jungs, indem sie ihren eigenen inneren Schiedsrichter aktivieren, welcher ihnen aufzeigt wo die Grenzen und Möglichkeiten beim Kämpfen sind. Die Kampfespiele® finden üblicherweise in der Turnhalle statt. Einzelne Elemente können auch draussen eingesetzt werden.



## Weiterbildungen

In den Fachgebieten Erlebnispädagogik und Ritualarbeit bietet NaturSpirit in Zusammenarbeit mit Institutionen regelmässig Weiterbildungen an.

## Arbeitsweise

In allen von NaturSpirit angebotenen Projekten wird nach folgenden Grundsätzen gearbeitet:

- Die „Systemischen Erlebnispädagogik“ ([www.planoalto.ch](http://www.planoalto.ch)) und die „Initiatorischen Naturarbeit“ ([www.umainstitut.ch](http://www.umainstitut.ch)) dienen als Grundlage für die Arbeit von NaturSpirit.
- Der Fokus für die Projekte wird durch die Ziele der Teilnehmenden und des Auftraggebers bestimmt.
- Wir lassen die vielen Ablenkungen der Zivilisation hinter uns und bewegen uns mit einfachen Mitteln in der Natur. Dies hat zur Folge, dass der Fokus automatisch auf das Wesentliche des Lebens gelenkt wird.
- Naturspirit stellt Erlebnisraum zur Verfügung, welcher den Teilnehmern ermöglicht, ihr persönliches Ziel in einem ungewohnten Kontext zu verfolgen. Dieser Rahmen fördert das Entdecken von neuen Verhaltensstrategien.
- Die auf Wunsch durchgeführten Rituale dienen der Entwicklung des Menschen und sind konfessionsunabhängig.

Für Fragen und Offerten nehmen Sie unverbindlich Kontakt auf.



**NaturSpirit**  
**Marcel Ziegler**  
Gitzigraben 497  
CH – 3415 Schafhsuen i. E.  
T 041 390 09 25  
M 078 758 17 53  
[info@naturspirit.ch](mailto:info@naturspirit.ch)  
[www.naturspirit.ch](http://www.naturspirit.ch)