

Werbung

**ECOkompass**



Thema des Tages

30.09.2016

## Das Leben auf Kurs bringen: Natur-Coach hilft Anlageberatern aus der Finanzbranche bei ihrer Neu-Besinnung



Erik Steuerer ist Natur-Coach. In seinen Natur-Coachings hilft er auch Anlageberatern bei der Rückbesinnung. / Foto: Erik Steuerer

Was bewegt einen Menschen dazu, Natur-Coach zu werden? 25 Jahre lang war Erik Steuerer als Banker und Vertriebsleiter für viele Finanzunternehmen unterwegs. Oft verbrachte der gebürtige Bayer mehr Zeit auf Flughäfen und in Flugzeugen als bei seiner Familie. Vorträge und Schulungen führten ihn quer durch Deutschland – durch eine Kunstwelt, wie er heute sagt. Durch eine "Visionssuche" in den Hochvogesen fasste er neue Ziele ins Auge. "Wie kann ich Menschen aus der Welt des Business dazu bringen, ihre Themen, ihre Fragen zu ihrer beruflichen Entwicklung in der Natur, in einem geschützten Raum zu klären? Welches Werkzeug ist nötig, um diese Themen zu begleiten?", fragte er sich.

Steuerer bildete sich weiter zum "Zertifizierten integralen Natur-Coach und Begleiter wegweisender Naturerfahrungen" und besuchte Klöster, in denen unter anderem Zen-Meditation gelehrt wird. Heute lebt Steuerer mit seiner Frau und seinen zwei Töchtern in Bonn. ECOreporter.de sprach mit ihm über Natur-Coaching Methoden und seine Arbeit mit sinnsuchenden Klienten.

*ECOreporter.de:* Herr Steuerer, wer braucht einen Natur-Coach?

**Erik Steuerer:** Meist Frauen und Männer ab 40, die nach einer langen Zeit im aktiven Berufsleben eine neue Perspektive, einen neuen Sinn in ihrer Tätigkeit suchen. Die sich die Frage stellen, ob sie noch 20 oder 30 Jahre so weiter machen wollen.

*Das könnte man im Büro klären, mit Flipcharts oder Computern...*

**Steuerer:** Ein Natur-Coach versteht es, in der Natur und mit der Natur einen Raum finden zu lassen, der dem Klienten die wegweisenden Antworten und Orientierungshilfen genau zu seinen Fragen bietet. Wichtig: Die Begleitung in der Natur ist keine therapeutische Maßnahme. Das Coaching ist lösungsorientiert. Der Ansatz ist: Was kann mir dabei helfen... und nicht: Was hindert mich daran. Das Natur-Platz-Coaching findet in einem naturnahen Gebiet statt, in einem Wald, einem Stadtpark, an einem Fluss. Bei mir im Großraum Bonn. Es sollte möglich sein, in Ruhe und Stille zu arbeiten. Die Morgenstunden eignen sich beispielsweise gut. Oft haben die Klienten schon einen Platz in der Natur, den sie gerne besuchen.

**Natur hören, sehen, spüren: Der Klient geht beim Natur-Coaching voran**

*Wenn Sie dann an dem Platz sind – was geschieht?*

**Steuerer:** Zunächst einmal nehmen wir uns etwa zwei Stunden Zeit. Wichtig ist es, am Anfang des Natur-Coachings eine Verbindung mit dem Platz herzustellen. Der Klient sollte die Natur hören, riechen, sehen, spüren. Erst dann wird das Thema, das Anliegen geklärt. Das Anliegen oder die Frage sollte so einfach wie möglich formuliert sein, so konkret es geht, ohne Verneinungen und Konjunktive, in der Gegenwartsform. Dann haben wir den Kernsatz. Damit kann ein Coach in die sogenannte Resonanz gehen. Aber der Klient geht voran.

*Thematisch geht der Klient voran?*

**Steuerer:** Nein, im wörtlichen Sinne: Er bewegt sich gehend. Der Coach geht mit. Nach einiger Zeit zeigt sich immer ein Platz, der genau zum Thema des Klienten passt. Dieser Naturplatz ist ein Spiegel für den Klienten und sein Thema. Hier kann der Klient mit all seinen Sinnen den Platz erfassen und ihn wie ein Buch lesen. Der Coach gibt Impulse, damit umzugehen. Die Anordnung der Büsche, Blätter, Blüten, die Begegnungen mit Vögeln, Käfern, Eichhörnchen, ein Baum mit einer verletzten Rinde, all das kann ein Hinweis auf sein Thema sein. Die Antworten und Erkenntnisse aus diesen unmittelbaren Erfahrungen können dann als Rituale in den Alltag integriert werden. Es können aber auch Bilder sein oder Fundstücke am Platz, beispielsweise eine Feder, die helfen, die gewünschte Orientierung im Alltag zu geben.

*Das ist das Ergebnis?*

**Steuerer:** Diese Begleitung kann kein bestimmtes Ergebnis garantieren. Aber mit größtmöglicher Präsenz und Achtsamkeit kann sie den Klienten an Antworten führen, die er für seine Fragen braucht. Zum Abschluss nennt der Klient alle Erfahrungen, die er gemacht hat. Ebenso seine Erkenntnisse und Lösungen. Der Coach gibt Impulse dafür, wie der Klient das konkret als Werkzeug für den Alltag einsetzen kann. Er zeigt kleine Alltagsrituale und gibt konkrete Aufgaben, die dabei helfen, die neuen Erfahrungen und Erkenntnisse in das Leben einzubauen. Zum Beispiel könnte er den Klienten anregen, seinen eigenen Naturplatz in der Nähe seines Wohnortes zu finden und dort immer wieder einmal, vielleicht sehr regelmäßig, hinzugehen und zu verweilen.

*Wie oft treffen Sie sich mit den Klienten?*

**Steuerer:** Unterschiedlich – mit manchen einmal, mit anderen mehrfach.



*Zurück zur Natur: Natur-Coachings helfen dabei. / Foto: brenkee/pixabay/CC0-Lizenz*

*Ohne zu persönlich zu werden: Können Sie uns Beispiele verraten, was sich bei Ihren Klienten durch das Natur-Coaching verändert hat?*

**Steuerer:** Bei einem Natur-Coaching war das Element Wasser für den Klienten wichtig. Wir gingen zum Rhein, und es begann zu regnen. Auf einmal wurde ihm klar, dass er endlich sein Vorhaben umsetzen würde, nach Norwegen zu ziehen. Das Land mit seinen Fjorden hatte ihn immer schon in seinen Bann gezogen.

Ein anderer Klient war im Rahmen des Naturplatz-Coachings von einem Platz mit Dornen, morschem Holz und viel Gestrüpp angezogen. Von weitem sah der Platz für ihn sehr einladend aus, doch aus der Nähe betrachtet war es ein Ort, an dem man nicht gerne verweilt. Dieses Muster kannte er aus seinem Leben, insbesondere aus seinem Berufsleben. Er hatte sich immer Unternehmen ausgesucht, die von weitem gesehen einen guten Eindruck auf ihn machten. Doch als er dort anfang, merkte er, dass es nicht der Platz war, an dem seine beruflichen Potentiale entfalten konnte. Für ihn war die Erkenntnis, dass er achtsamer, mit mehr Zeit und Augenmerk seine Arbeitgeber auswählen sollte.

*Herr Steuerer, vielen Dank!*

Mehr über Erik Steuerers Arbeit erfahren Sie auf seiner Homepage [www.naturcoach-info.de](http://www.naturcoach-info.de).