



**WEGWEISER**

**IN 5 SCHRITTEN  
ZUM  
SINNERFÜLLTEN  
NATURBERUF**

Wie Du Deine Naturliebe weitergeben und  
mit Menschen draußen arbeiten kannst

Sandra Knümann

# MACH DEINE NATURLIEBE ZUM BERUF!

DIE WELT BRAUCHT MEHR NATURVERBUNDENHEIT

**Hallo,  
ich bin Sandra Knümann**

Seit 30 Jahren lebe ich erfolgreich meinen Traumberuf: Mensch und Natur wieder zu verbinden! An der "Psychologischen Akademie für Naturtherapie" helfe ich Dir, Deinen Traum vom Naturberuf ebenfalls zu verwirklichen. Denn wenn ich das kann, kannst Du es auch!



Hast Du das Bedürfnis, Deine Liebe zur Natur an andere Menschen weiterzugeben? Um einen Beitrag zum Schutz der Erde zu leisten und gleichzeitig den Menschen zu helfen, ein gelasseneres, glücklicheres und gesünderes Leben zu führen? Es gibt viele Berufe, in denen Du Andere dabei unterstützen kannst, wieder mit der Natur und sich selbst in Verbindung zu kommen.

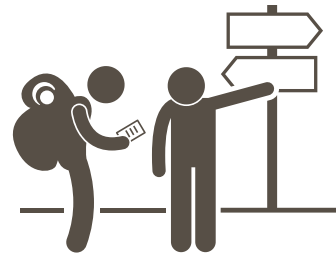
Stell Dir vor, wie es wäre, wenn Du voller Vorfreude zur Arbeit gehen würdest. Wenn es sich gar nicht nach Arbeit anfühlen würde! Du genießt mit anderen aufgeschlossenen Menschen die Natur und denkst dabei: „Wow, dafür bekomme ich auch noch Geld?!“ Ja!

In diesem Wegweiser erhältst Du eine erste Orientierung, welche Schritte Dich an Dein Ziel bringen. Lass uns losgehen!

<https://pan-praxis.de>



# Deine 5 Schritte im Überblick:



SCHRITT 1

Gib Deiner Vision  
Raum!

SCHRITT 2

Lerne Berufsbilder  
kennen!

SCHRITT 3

Bilde Dich weiter!

SCHRITT 4

Checke die  
Rahmenbedingungen!

SCHRITT 5

Glaub an Dich!



## Schritt Nr. 1: Gib Deiner Vision Raum!

Die meisten Menschen denken in Berufslaufbahnen: Wer Lehramt studiert, arbeitet danach in der Schule, wer psychotherapeutisch arbeiten will, muss dafür Psychologie studiert haben.

**Es wird uns nicht beigebracht, dass man sich seinen Beruf selbst erschaffen kann!**

Die eigene Berufung lässt sich in den vorgegebenen Strukturen oft nicht verwirklichen. Dabei ist es genau das, was Menschen für ein langes und gesundes Arbeitsleben brauchen: Sinn und Erfüllung im Beruf.

Es gibt viele berühmte Vorbilder, die sich nicht von den üblichen Berufslaufbahnen einschränken ließen, sondern bis heute konsequent ihrer Vision folgen:

Angela Merkel war Physikerin, bevor sie zur mächtigsten Frau der Welt wurde. Greta Thunberg begann ihren Schulstreik ganz allein und ist heute Gallionsfigur der globalen Klimaschutzbewegung. Und Jane Goodall konnte nur eine Ausbildung zur Sekretärin vorweisen, als sie mit ihrer berühmten Arbeit als Schimpansen-Forscherin begann.

Sie alle sind sich treu geblieben und haben Wege gefunden, ihre Vision zu leben.



*„Das Leben ist zu kostbar,  
um täglich nur auf den  
Feierabend zu warten.“*

*(Sandra Knümann)*

Wenn Du Dich beruflich verändern möchtest, schau also zunächst nicht auf Deinen bisherigen Werdegang. Richte Dich stattdessen auf das aus, wofür Dein Herz schlägt! Was ist Dir wirklich wichtig? Was muss sich ändern in der Welt? Welche Deiner Talente kannst Du dafür einbringen? Was für ein Arbeitsumfeld macht Dich glücklich?

Am besten nimmst Du diese Fragen mit auf Deine Spaziergänge. Frag evtl. auch Deine Freund\*innen, wo sie Deine Stärken und Bedürfnisse sehen!



## Schritt Nr. 2: Lerne Berufsbilder kennen!

Es gibt viele Wege, um Menschen in und mit der Natur zu begleiten. Die Vielzahl der psychosozialen Naturberufe lässt sich grob in drei Kategorien unterteilen:

### **erziehend – bildende Naturberufe:**

Umweltpädagogik, Naturerlebnis-Pädagogik, Wildnispädagogik, Naturpädagogik, Erlebnispädagogik, Waldpädagogik uvm.

### **lehrend – vermittelnde Naturberufe:**

Natur-Achtsamkeitstraining, Ranger\*in, Naturführer\*in, Kräuterpädagogik, Wanderleitung, Waldbaden, uvm.

### **beratend – therapeutische Naturberufe:**

Naturtherapie, Naturcoaching, Natur-Prozessbegleitung, Gartentherapie, soziale Landwirtschaft, tiergestützte Therapie uvm.

Merke: Diese Berufsbezeichnungen sind nicht geschützt und es gibt noch keine einheitlichen Weiterbildungs-Standards.

Das bedeutet, dass sich unterschiedliche Arbeitsweisen unter einem Begriff versammeln können und es auch Überschneidungen gibt. Schau Dich einfach um und finde heraus, was Dich am meisten anspricht!

*„Nur wer sein Ziel kennt, findet den Weg.“ (Laotse)*

An unserer Akademie qualifizieren wir für zwei Naturberufe:

Als **Natur-Achtsamkeitstrainer\*in** vermittelst Du die (Meditations-)Praxis der Achtsamkeit in und mit der Natur. Du arbeitest meist mit Erwachsenen im Bereich der Gesundheits-Prävention und Stressbewältigung. Hier bist Du richtig, wenn Du gern lehrend mit Gruppen arbeitest und sowohl Lebenskompetenzen als auch Umweltbewusstsein vermitteln möchtest. [Mehr Infos](#)

**Naturtherapeut\*innen/Naturcoaches** beziehen das therapeutische Naturerleben in Psychotherapie, Coaching und psychologische Beratung ein. Hier bist Du richtig, wenn Du bereits Ausbildung und Erfahrung darin hast, individuell psychologisch mit Einzel-Klient\*innen zu arbeiten und nun noch den Natur-Aspekt hinzunehmen möchtest. [Mehr Infos](#)



## Schritt Nr. 3: Bilde Dich weiter!

Menschen in der Natur zu begleiten, ist eine sehr verantwortungsvolle Aufgabe, die viel Selbsterfahrung, Organisations- und Natur-Kenntnisse sowie die Entwicklung einer professionellen Haltung erfordert. Die notwendigen praktischen und theoretischen Kenntnisse erwirbst Du in guten Weiterbildungen.

### Lerne alles, was DU können willst!

Ein psychosozialer Naturberuf bietet Dir ein größtmögliches Maß an Flexibilität und Freiheit. Es gibt Fort- und Weiterbildungen für jeden Bereich Deiner Tätigkeit: Naturkunde, Outdoor-Erste Hilfe, Naturübungen, Therapiemethoden, Existenzgründung, Marketing uvm. Du entscheidest selbst, was, wann, wieviel und von wem Du lernen willst. Niemand kann Dir eine bestimmte Qualifikation vorschreiben - außer der Markt.

### So erkennst Du gute Weiterbildungen:

- Die Dozent\*innen verfügen über einen passenden Grundberuf, langjährige Erfahrung in Deinem angestrebten Berufsfeld und in der Weiterbildung.
- Die Inhalte werden auf der Website ausführlich dargestellt und entsprechen dem, was Du für Deinen Traumberuf lernen willst.



*„Höre nur auf den Rat von jemandem, der schon dort ist, wo du hinwillst.“*

*(Unbekannt)*

- Lass Dich von Zertifizierungen, Markenzeichen und Verbandszugehörigkeiten nicht blenden, sondern prüfe, wer dahinter steht.
- Je verantwortungsvoller die Aufgabe, desto länger sollte die Weiterbildung dauern bzw. desto mehr Vorkenntnisse gefordert werden. Ohne Vorwissen braucht man z.B. mind. 3 Jahre Weiterbildung bis man (psycho)therapeutisch arbeiten kann.
- Online-Angebote sollten viel Praxis, Austausch in der Gruppe und Live-Kommunikation mit den Dozent\*innen umfassen. Reine Selbstlern-Kurse halte ich für ungeeignet.



## Schritt Nr. 4: Checke die Rahmenbedingungen!

Um mit Menschen in der Natur zu arbeiten, brauchst Du nicht gleich Deinen Job zu kündigen. Evtl. kannst Du es in Deine jetzige Arbeit einfließen lassen? Oder Du machst Dich nebenberuflich selbständig?

### Was es rechtlich zu beachten gilt:

- In Deutschland brauchst Du zum Arbeiten im Wald eine Erlaubnis. Frag beim Forstamt nach der/dem Waldeigentümer\*in.
- Eine selbständige Tätigkeit muss beim Finanzamt angemeldet werden. Einkünfte unterliegen der Einkommens- und ggf. der Gewerbe- und Umsatzsteuer.
- Eine Berufshaftpflicht-Versicherung schützt Dich vor Ansprüchen, die durch Deine Fehler entstehen.
- Rechtssichere AGB bewahren Dich und Deine Vertragspartner\*innen vor unangenehmen Missverständnissen.



Informiere Dich auch über weitere Vorschriften, die Dich betreffen könnten! (Naturschutz, Datenschutz, Aufsichtspflicht etc.)

*„Wer etwas will, findet einen Weg. Wer etwas nicht will, findet einen Grund.“*

*(Jim Rohn)*

Vielleicht klingen diese Anforderungen erst einmal sehr aufwändig und machen Dir etwas Angst. Aber keine Sorge: Das meiste regelst Du nur einmalig am Anfang Deiner Tätigkeit.

In unseren Weiterbildungen erfährst Du genau, was Du wann tun musst. Noch individueller kann ich in einem fortlaufenden Gründungs-Coaching (online) auf Deine Situation eingehen.

<https://pan-praxis.de>



## Schritt Nr. 5: Glaub an Dich!

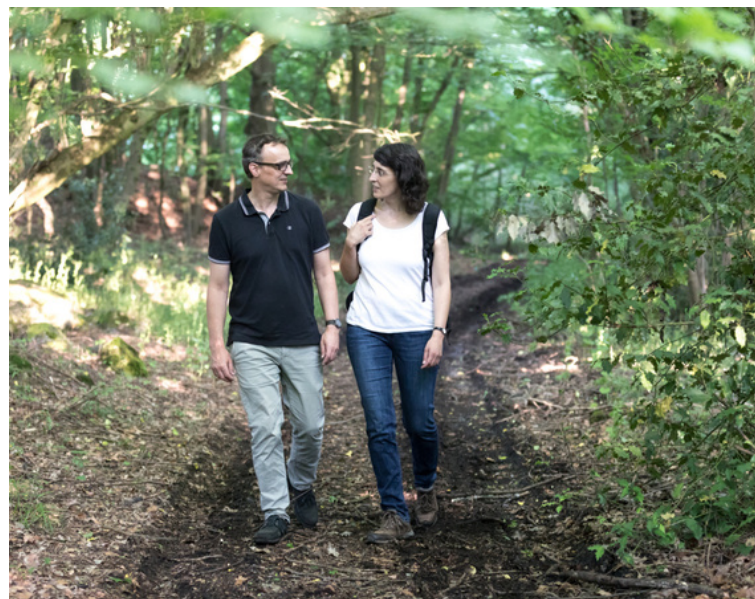
"Ich kann doch für Spaziergehen kein Geld nehmen!" oder: "Für einen beruflichen Neuanfang fehlen mir Mut und Ausdauer!"

Hörst Du Dich manchmal in Gedanken etwas ähnliches sagen? Mit solchen negativen Überzeugungen sabotierst Du Dich selbst.

Jeder Mensch hat unbewusste Überzeugungen ("Glaubenssätze"), die er irgendwann über sich, die Anderen und das Leben gebildet hat. Manche davon sind heute noch hilfreich, andere sind längst überholt und schaden eher.

Ein Beispiel: Wenn Dir als Kind jede Herausforderung abgenommen oder verboten wurde, dann hast Du vielleicht den unbewussten Glaubenssatz verinnerlicht: "Ich bin hilflos und überfordert". Wenn Du häufig kritisiert wurdest, glaubst Du vielleicht: "Ich bin sowieso nie gut genug, also brauche ich es gar nicht zu versuchen." Wenn andere immer "besser" wussten, was Du brauchst und willst, hast Du evtl. gar kein Gespür für Deine Wünsche und Bedürfnisse.

Um Deine (neben-)berufliche Neuausrichtung auf eine stabile Basis zu stellen, solltest Du also diese inneren "Saboteure" entlarven und durch hilfreichere Überzeugungen ersetzen. Hol Dir gern mein (Online-)Coaching hinzu, das macht es leichter! [Mehr Infos](#)



*„Ob Du denkst, Du kannst es oder Du kannst es nicht; Du wirst auf jeden Fall recht behalten.“*

*(Henry Ford)*

### Hilfreiche Glaubenssätze:

- Jeder hat mal klein angefangen.
- Ich muss noch nicht alles können, sondern lerne auf dem Weg.
- Es gibt viele, die mir helfen.
- Ich weiß selbst am besten, was mich glücklich macht.
- Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg.
- Ich bin es mir wert.
- Es ist leichter als ich jetzt denke.
- Ich bin frei.
- Mein Beitrag wird gebraucht.
- Ich darf das!





## Häufige Fragen

### **Kann man damit seinen Lebensunterhalt verdienen?**

Ja! In unserer stressgeplagten Gesellschaft sehnen sich immer mehr Menschen nach direktem Kontakt zur Natur. Auch die Nachfrage nach Achtsamkeitstrainings ist in den letzten Jahren rasant gestiegen. Die an unserer Akademie ausgebildeten Natur-Achtsamkeitstrainer\*innen und Naturtherapeut\*innen können beide Bedarfe abdecken. (Wenn Du noch Zweifel hast, sieh Dir die Erfolgsgeschichte von Yoga an!)

### **Bin ich für eine berufliche Veränderung nicht zu alt?**

Gerade ab der Lebensmitte wird es immer wichtiger, das Leben zu genießen und Dinge zu tun, die Dich erfüllen und glücklich machen. Die meisten unserer Teilnehmenden sind daher über 40, einige auch über 60 Jahre. Ich denke: Man ist nie zu alt, um seinem Herzen zu folgen. Wann, wenn nicht jetzt?!

### **Bräuchte ich dafür nicht einen anderen Grundberuf?**

Nur wenn Du in Festanstellung arbeiten möchtest. Für psychosoziale Naturberufe gibt es keine staatlich geregelte Berufsordnung, daher sind sie ideal für (teil)selbständige Quereinsteiger\*innen. Deine bisherige Berufs- und Lebenserfahrung kannst Du wunderbar als Bereicherung mit einfließen lassen.



*„Menschen mit einer neuen Idee gelten so lange als Spinner, bis sich die Sache durchgesetzt hat.“*

*(Mark Twain)*

### **Muss ich dafür nicht fitter und gesünder sein?**

Du erschaffst Deine Tätigkeit ja selbst, daher kannst Du sie so gestalten, wie es zu Dir passt. Wenn Du z.B. keine langen Strecken gehen kannst, solltest Du nicht Wanderführer\*in oder Erlebnispädagog\*in werden. Als Natur-Achtsamkeitstrainer\*in oder Naturtherapeut\*in hingegen kannst Du Dich in kleinem Radius bewegen. Und wenn sich Deine Gesundheit verbessert, kannst Du Deine Angebote daran anpassen.

Denk daran: Du bist frei!



## Wie geht es jetzt weiter?

Mein Tipp: Hol Dir jetzt die **perfekte Ergänzung** zu diesem Wegweiser!

Ewiges Aufschieben raubt Dir auf Dauer nur **Energie** und den Glauben an Dich selbst. Erzähl mir lieber von Deiner momentanen **Situation** und lass uns gemeinsam **den einen nächsten Schritt** herausarbeiten, der Dich jetzt Deinem Ziel näher bringt!

Sprich  
mit mir!



## MINI-MENTORING + WORKBOOK

### Inhalt Workbook:

- 6 Arbeitsblätter, 13 Fragen und Tipps
- digital und handschriftlich ausfüllbar
- stärkt Deine Motivation
- strukturiert Dein Vorgehen
- bringt Dich sofort in die Umsetzung
- mit nützlichen Internet-Links

### Inhalt Mini-Mentoring:

- 30 min. Zoom-Call oder Telefonat
- besprich Deine Arbeitsblätter mit mir
- stell mir alle Deine Fragen persönlich
- erhalte eine Einschätzung vom Profi
- erkenne klar die nächsten Schritte
- profitiere von 30 Jahren Erfahrung

**Übrigens:** Für meine professionelle Unterstützung zahlst Du kein Honorar, sondern nur eine geringe Aufwandsentschädigung von 27 €. Weil ich es wichtig finde, dass auch Du Deine Naturliebe in die Welt bringen kannst!

**Bestellung Mini-Mentoring mit Workbook: [Hier klicken](#)**

**Oder:** <https://elopage.com/s/PAN-Akademie/mini-mentoring-workbook/payment>