

Mit einem neutralem Feedbackgeber die eigene Persönlichkeit entdecken und entwickeln

Leistung:	2-tägiger Workshop in Seminarraum und Reithalle inkl. 1,5 Stunden individuelles Nachcoaching pro Person
Teilnehmerzahl:	min 3 – max 5 Teilnehmer
Preis:	auf Anfrage
Termine und Ort:	Je nach Verfügbarkeit Gut Sonnenhausen in Glonn bei München, oder Gut Ising am Chiemsee, Termin nach Vereinbarung

Stärken, Schwächen und Chancen

- ❖ Wie kongruent ist Ihre Körpersprache?
- ❖ Welche Verhaltensmuster zeigen Sie in ungewohnten Situationen?
- ❖ Wie gehen Sie mit Krisen und Konflikten um?
- ❖ Können Sie und wollen Sie andere von sich überzeugen?
- ❖ Wie offen sind Sie für Neues?
- ❖ Zählen Entschlossenheit und Zielstrebigkeit zu Ihren Stärken?
- ❖ Welche Bedürfnisse haben Sie im Umgang mit anderen?



Lerninhalte

Die Lerninhalte sind stark abhängig von Ihren persönlichen Wünschen, Bedürfnissen und Zielen. Entsprechend den Fähigkeiten und Einstellungen, die Sie erwerben und ausbauen möchten werden individuelle Übungen durchgeführt, die Ihrer Weiterentwicklung dienlich sind.

Erkenntnisse

Wahrnehmung:

Durch gezielte Beobachtung von Verhalten und Reaktionen anderer Teilnehmer wird die eigene Wahrnehmung geschärft. Das Erkennen von Verhaltensmustern und Erleben von Gefühlswelten wird trainiert und reflektiert um die Ergebnisse in die eigene Berufswelt zu übertragen.

Wirkung:

In dem Prozess lernt jeder Teilnehmer seine persönliche Wirkung auf Andere sowie eigene Stärken und Schwächen wahrzunehmen und diese einzuschätzen. Erlebte Reaktionen des Gegenübers werden nachvollziehbar und können durch eigene Verhaltensänderungen beeinflusst werden.

Selbstwahrnehmung:

Unbewusste Verhaltensmuster werden deutlich und können auf ähnliche Situationen im beruflichen oder privaten Alltag übertragen werden.

Die Erfahrungen mit den Pferden ermöglichen ein anderes Selbstbewusstsein, nämlich „sich seiner selbst bewusst werden“. Die innere Überzeugung führt zu Erfolg oder Misserfolg.



Methode

Im geschützten Rahmen einer Reithalle werden verschiedene Übungen mit einem oder mehreren Pferden vom Boden aus durchgeführt. Die Übungen folgen themenbezogenen Fragestellungen, die individuell angepasst werden können.

Feedbackgespräche und Theorieimpulse helfen, die Interaktion mit dem Pferd zu interpretieren und in das berufliche Verhalten zu übertragen.

Das individuelle Nachcoaching dient der Vertiefung und Transfersicherung.

Reitkenntnisse oder Erfahrungen im Umgang mit Pferden sind nicht erforderlich.

Die Teilnehmer sollten die Fähigkeit und Bereitschaft zur Selbstreflexion haben und innerhalb der Gruppe wertschätzendes Feedback geben können.

