

Pferdegestütztes Training

Persönlich, direkt und wirkungsvoll

Pferdegestütztes Coaching oder Training ist eine erfahrungsbasierte Methode, die dabei hilft, sich persönlich und beruflich weiterzuentwickeln. Pferde übernehmen dabei die Rolle als Spiegel und Co-Trainer und geben ehrliches Feedback ohne zu bewerten.

Durch die direkte Begegnung mit den Tieren sind wertvolle Erkenntnisse über die eigene Wirkung, Kommunikation und Präsenz möglich. Der Aufbau von Vertrauen, die Bedeutung von Klarheit im eigenen Verhalten und der Wert von echtem Zuhören werden dabei erlebbar gemacht.

Worum geht's konkret?

Im Training geht es darum, mithilfe der natürlichen Verhaltensweisen und Reaktionen der Pferde eigene Kompetenzen weiterzuentwickeln – zum Beispiel:

- **Gruppendynamik erleben:** Pferde leben im Herdenverband mit klaren Rollen. Sie reagieren feinfühlig auf Körpersprache und Ausstrahlung – und zeigen so, wie wir auf andere wirken.
- **Beobachten & Verstehen:** Durch das genaue Beobachten der Pferde lernen die Teilnehmenden, eigene Muster zu erkennen und neue Wege im Umgang mit sich und anderen zu entdecken.
- **Praktisch arbeiten:** In verschiedenen Übungen – etwa beim Führen eines Pferdes, beim gemeinsamen Meistern kleiner Aufgaben oder beim Überwinden von Hindernissen – steht nicht das perfekte Ergebnis im Mittelpunkt, sondern der Weg dorthin: Wie gehe ich vor? Wie kommuniziere ich? Was löst das bei mir und beim Pferd aus?

Ihre Trainerin

Constanze Laufmann



Nutzen:

- Sich selbst und die eigene Wirkung auf andere besser kennen lernen.
- Die eigene Wirkung ohne Worte erleben.
- Unsicherheiten zulassen können und aus der Reaktion der Pferde alternative Handlungsweisen entwickeln.
- Wertfreies Feedback erhalten.
- Empathie, Zuhören und Wahrnehmung trainieren und sofort die Wirkung erleben.

Ziele:

- Persönlichkeitsentwicklung
- Führungskräfteentwicklung
- Teambildung
- Kommunikation
- Resilienz & Stressbewältigung
- Selbstbewusstsein & Körpersprache

Setting:

- 1 Tag
- 4-8 Teilnehmer

Anfrage und Kontakt

Christine Wittmer
 Geschäftsführerin
 Wiconex Consulting GmbH

079 775 00 22

wittmer@wiconex.ch

www.wiconex.ch