

## Methoden

- Praktische Übungen mit Pferden
- theoretische Vor-/ Nachbesprechung
- Reflexion und individueller Transfer



## Seminarziele

### Teil I

- Wirkung und Auswirkung wahrnehmen und steuern
- Ziele setzen und erreichen
- Führungskompetenzen erkennen und erweitern

### Teil II

- Selbstmotivation/ Motivation anderer
- Motivationsprofile erkennen
- Gelassenheit in schwierigen Situationen
- Konflikte als positiven Input nutzen und adäquat lösen

### Teil III

- eigene Werte erkennen
- Wertekonflikte lösen
- innere Treiber entmachten
- Stress im Alltag minimieren

## Info & Kontakt

### Referentin



**Dagmar Fuchs,**  
Jahrgang '56

seit 1990 als Trainerin/ Reitlehrerin mit Pferden & Menschen tätig, seit 2003 Führungskräftetraining mit Pferden / DVNLP Trainerin / DVNLP Business Master TRE (Tension Release Exercises, David Berceci) in Ausbildung

*„Erzähle es mir – und ich werde es vergessen,  
zeige es mir – und ich werde mich erinnern,  
lass es mich tun – und ich werde es  
behalten!“ (Konfuzius)*



[www.pferdefuchs.de](http://www.pferdefuchs.de)  
[mail@pferdefuchs.de](mailto:mail@pferdefuchs.de)

# Frauen & Führung

## Coaching Seminar mit Pferden als Co-Trainer



im Tagungshaus  
**MIKADO**

**Teil I Kompetenz Klarheit – Präsenz**  
**Teil II Motivation & Konflikte**  
**Teil III Werte, innere Treiber,  
Stressprävention**

## Führen Frauen anders? Wenn ja - wie?

Führung zu übernehmen ist für Frauen oft ein Thema, das zu inneren Konflikten führt, wenn es um Klarheit u. Abgrenzung geht. Oft steckt die Annahme dahinter, Sympathien zu verlieren, wenn Frauen Ziele verfolgen u. entschlossen auftreten.

Führungsaufgaben gibt es im beruflichen Alltag, in Familie, in Beziehung uvm. und nicht zuletzt bei sich selbst.

Im pferdegestützten Coaching und im Austausch in der Gruppe von Frauen können berufliche u. persönliche "Standpunkte" überprüft werden.

### Themen

#### Teil I

- Was bedeutet für mich Führung?
- Selbstführung: Wie setze ich mir Ziele und wie erreiche ich Sie?
- Führung anderer: Wie führe ich und wie möchte ich selbst geführt werden?
- Glaubenssätze zum Thema Führung

#### Teil II

- Verbale u nonverbale Kommunikation
- Motivation/Selbstmotivation
- Konflikte erkennen und zuordnen
- Veränderungsstrategien und positive Gestaltung von Konflikten

#### Teil III

- Werte von mir und anderen wahrnehmen, einordnen,
- innere Treiber analysieren u. verändern
- Stressmanagement im (Führungs-) Alltag

## Coaching Seminar mit Pferden als Co-Trainer

Die Arbeit mit den Pferden bietet die Möglichkeit, das eigene Verhalten ungefiltert zu erleben, zu reflektieren und gleichzeitig neue Wege auszuprobieren. Durch die Pferde erkennen Sie verinnerlichte Denk-, Verhaltens- und Reaktionsmuster. Sie gewinnen mehr Sicherheit im Umgang mit sich und anderen.



### Warum Pferde

Pferde haben ähnliche soziale Strukturen wie wir Menschen und sind Meister der Körpersprache. In meinen Seminaren setze ich sie als "Spiegel" ein. Pferde sind besonders empfänglich für jene Signale, auf die auch wir Menschen intuitiv und unbewusst reagieren. Sie überprüfen uns auf unsere Kongruenz und zeigen uns, wie wir unbewusst das präsentieren, was wir denken, fühlen und möchten.

## Termine 2019

- Teil I** 06.-10.05. + 23.-27.09.  
**Teil II** 20.-24.05. + 08.-12.07.  
**Teil III** 13.-17.05. + 22.-26.07.

### Im Tagungshaus MIKADO

Zur großen Höhe 4, 27243 Prinzhöfte

### Anmeldung, Kosten & Info

T 04224-95066

[kontakt@tagungshaus-mikado.de](mailto:kontakt@tagungshaus-mikado.de)

Kosten im Doppelzimmer 690,00€  
inkl. vegetarischer biozertifizierter  
Verwöhn-Vollverpflegung

Das **MIKADO** liegt direkt im Birken- und Kiefernwald im schönen Delmetal in der Wildeshäuser Geest. Der Ort bietet Raum für intensive Naturerfahrung, zum Erholen & Kräfte sammeln.



Weiteres unter:

[www.tagungshaus-mikado.de](http://www.tagungshaus-mikado.de)

Anerkannter Bildungsurlaub



Verein Niedersächsischer  
BILDUNGSINITIATIVEN e.V.