



Kontakte:

[christina.wilhelm@athletic-horsemanship.ch](mailto:christina.wilhelm@athletic-horsemanship.ch) / [info@branden.ch](mailto:info@branden.ch)

**Centaurus Coaching (Christina Wilhelm) und branden. (Urs Brandenburger)** bieten gemeinsam diverse Tages- und Zweitagesseminare zum Thema Führungskompetenz durch. Dies wird mit pferdegestützten Aktionen und Sequenzen angeboten, wodurch immer wieder auch theoretische Inputs – die aber praktisch anwendbar sind – gegeben werden.

Das Programme können individuell aufgrund der Bedürfnisse der Kunden, des Arbeitgebers, angepasst werden. Wert legen wir auf die Umsetzbarkeit in den Alltag, weshalb immer auch konkrete Anwendungen diskutiert werden. Interessiert? Informieren Sie sich bei uns und verlangen Sie eine unverbindliche Offerte.

Hier ein Beispiel eines Tagesprogrammes mit Fokus Führung und Kommunikation:

## **Pferdegestütztes Coaching für Führungskräfte**

### **08:30 - 09:00 | Ankunft und Begrüßung**

- Empfang der Teilnehmer bei einem gemeinsamen Frühstück oder Kaffee.
- Vorstellung des Tagesablaufs und der Coaches
- Einführung in die Grundlagen des pferdegestützten Coachings

### **09:00 - 09:30 | Einführung in die Pferdewelt**

- - Kurze Einführung in das Verhalten und die Natur der Pferde
- - Sicherheitsregeln im Umgang mit Pferden
- - Kennenlernen der Pferde, die an diesem Tag teilnehmen werden

### **09:30 - 10:00 | Theorieinput 1: Selbstführung und Präsenz**

- Die Bedeutung von Selbstführung und Präsenz in der Führung.
- Theoretische Grundlagen zur Selbstwahrnehmung und wie Führungskräfte ihre Präsenz und Ausstrahlung stärken können.
- Verständnis entwickeln, wie Selbstführung die Wahrnehmung durch andere beeinflusst.

### **10:00 - 11:00 | Praxis: Selbstführung und Präsenz mit Pferden**

- Übung: Individuelle Arbeit mit dem Pferd, um Präsenz und Klarheit zu erlernen.
- Ziel: Wahrnehmung der eigenen Ausstrahlung und Führungsenergie.  
Pferde reagieren besonders auf Authentizität und Klarheit.
- Reflexion: Was habe ich bei der Arbeit mit dem Pferd über meine Selbstführung gelernt?  
Wie nehme ich das in meine Führungsrolle mit?

### **11:00 - 11:15 | Pause**

### **11:15 - 11:30 | Theorieinput 2: Kommunikation und Vertrauen**

- Thema: Die Rolle von Kommunikation und Vertrauen in der Führung
- Inhalt: Theorie zu nonverbaler Kommunikation, aktives Zuhören und Vertrauen als Grundlage erfolgreicher Zusammenarbeit
- Ziel: Erkennen, wie klare Kommunikation und Vertrauen die Teamdynamik fördern

### **11:30 - 12:30 | Praxis: Kommunikation und Vertrauen mit Pferden**

- Übung: Führen eines Pferdes durch verschiedene Aufgaben, ohne Zügel und Geschirr, nur durch Körpersprache und Vertrauen



Kontakte:

[christina.wilhelm@athletic-horsemanship.ch](mailto:christina.wilhelm@athletic-horsemanship.ch) / [info@branden.ch](mailto:info@branden.ch)

- Ziel: Die Bedeutung von klarer, nonverbaler Kommunikation und Vertrauen in der Führung und Teambildung erfahren
- Reflexion: Wie baue ich Vertrauen auf? Was bedeutet für mich klare Kommunikation? Wie übertrage ich diese Erkenntnisse auf meine Führungsaufgabe?

**12:30 - 13:30 | Mittagspause**

- Gemeinsames Mittagessen in entspannter Atmosphäre
- Austausch über die bisherigen Erfahrungen

**13:30 - 13:45 | Theorieinput 3: Teamführung und Zusammenarbeit**

- Thema: Erfolgsfaktoren für effektive Teamführung und Zusammenarbeit
- Inhalt: Theoretische Ansätze zur Teamdynamik, Rollenverteilung und dem Einfluss von Führung auf Teamprozesse
- Ziel: Verstehen, wie Führungskräfte ein Team effektiv leiten und unterstützen können

**13:45 - 15:00 | Praxis: Teamführung und Zusammenarbeit mit Pferden**

- Übung: In kleinen Gruppen wird eine Aufgabe mit den Pferden gelöst, bei der Teamarbeit und Führung gefragt sind
- Ziel: Die Dynamik innerhalb eines Teams verstehen und wie Führungskräfte Einfluss auf diese Dynamik nehmen können
- Reflexion: Wie hat das Team zusammengearbeitet? Welche Führungsstile sind aufgetreten? Was hat gut funktioniert, was nicht?

**15:00 - 15:15 | Pause**

**15:15 - 15:30 | Theorieinput 4: Agilität und Anpassungsfähigkeit**

- Thema: Agilität und Anpassungsfähigkeit als Schlüsselkompetenzen in der Führung
- Inhalt: Theorie zu agiler Führung, Umgang mit Veränderungen und der Entwicklung von Resilienz in Teams
- Ziel: Erkennen, wie wichtig es ist, flexibel und anpassungsfähig auf Veränderungen zu reagieren

**15:30 - 16:30 | Praxis: Agilität und Anpassungsfähigkeit mit Pferden**

- Übung: Die Teilnehmer müssen spontan und flexibel auf unvorhergesehene Situationen mit den Pferden reagieren
- Ziel: Erfahren, wie wichtig Agilität und Anpassungsfähigkeit in der Führung sind
- Reflexion: Wie habe ich auf Veränderungen reagiert? Wie kann ich meine Anpassungsfähigkeit im Arbeitsalltag verbessern?

**16:30 - 17:00 | Abschlussrunde und Feedback**

- Gemeinsame Reflexion des Tages: Welche Erkenntnisse nehme ich mit? Was setze ich morgen konkret um? Was hat mich besonders bewegt?
- Feedbackrunde: Was war hilfreich, was könnte verbessert werden?
- Verabschiedung und Übergabe von Materialien zur Nachbereitung.

**17:00 | Ende des Tagesprogramms**

Die Theorieeinheiten bieten ein solides Fundament für die anschliessenden praktischen Übungen. Sie helfen den Teilnehmern ebenfalls, die erlebten praktischen Erfahrungen mit den Pferden besser zu verstehen und in ihren beruflichen Alltag zu übertragen.