

## Auf den Spuren der Intuition: Innere Ressourcen entdecken und erfolgreich nutzen.

**Wir alle haben eine angeborene Gabe, unsere Bestimmung mit dem Herzen zu erspüren.**

Warum bleibt uns der Zugang zu dieser Gabe oft versperrt? Haben wir verlernt auf unser Bauchgefühl, auf unsere innere Stimme zu hören?

In diesem Workshop begleiten wir Sie zunächst durch pferdegestützte Erlebnispädagogik, Ihre Gefühle zu reflektieren, Ihre Wahrnehmung zu schärfen und der eigenen Intuition zu vertrauen. Pferde reagieren sehr sensibel auf Ihre Gefühle und Emotionen. Sie werden erkennen, wie sehr Ihre innere Einstellung und Ihre Glaubenssätze das Verhalten des Pferdes beeinflussen. Ein Pferd spürt, wie es wirklich in Ihnen aussieht und wird Sie dabei unterstützen, Ihre Gefühle anzunehmen und zu kongruentem Verhalten zurückzufinden. Denn stimmt das, was Sie glauben zu sein und das, was das Pferd in Ihnen sieht, nicht überein, gibt Ihnen das Pferd ein deutliches und unmissverständliches Feedback.

So können Sie Ihre Körpersprache und Ihre innere Haltung wieder in Einklang bringen und spüren, wie es sich anfühlt wieder Sie selbst zu sein und authentisch zu wirken.

**Wir alle haben verborgene Kraftquellen in uns.**

Nach dieser Selbstreflektion des eigenen Tuns und Fühlens begleiten wir Sie im zweiten Schritt mit Hilfe des Zürcher Ressourcen Modells\* (ZRM®) auf Entdeckungsreise zu Ihren Wünschen und Bedürfnissen. In einem Selbstmanagement-Training werden Ihre inneren Kräfte aktiviert und nutzbar gemacht. Sie lernen Ihre Bedürfnisse wahrzunehmen und finden heraus, was Sie antreibt und was Sie wirklich wollen. Sie erkennen Ihre eigenen Stärken und Möglichkeiten als Ressourcen, wissen sie wertzuschätzen und handlungswirksam zu nutzen. So können Sie auch in belastenden Situationen souverän, zielorientiert und erfolgreich handeln.

\*motivations-psychologisches Modell von Dr. F. Krause und Dr. M. Storch, Universität Zürich

Dieses Selbstmanagement-Training mit Elementen pferdegestützter Erlebnispädagogik eröffnet Ihnen einzigartige Möglichkeiten. Sie...

- ... explorieren Ihre unbewussten Verhaltensmuster
- ... erlangen Einsicht in die eigene Persönlichkeit
- ... prüfen Ihre eigene Ausstrahlung, die Wirkung Ihres bewussten und unbewussten Auftretens
- ... lernen mit den eigenen Emotionen umzugehen
- ... lernen Ihr Körpergefühl wahrzunehmen
- ... finden Zugang zu Ihren eigenen Ressourcen, gewinnen Motivation und stärken Ihre Willenskraft
- ... lernen Ihre derzeitige berufliche und private Lebenssituationen angemessen zu bewältigen
- ... entwickeln handlungswirksame Ziele, die Ihr Selbstbewusstsein stärken
- ... stoppen unerwünschte Automatismen
- ... finden den Weg zur inneren Stärke!

Erfahrungen mit Pferden sind nicht erforderlich. Die Übungen mit unseren Pferden werden ausschließlich vom Boden aus durchgeführt.

### **Anmeldung:**

Bitte melden Sie sich für die Seminare an unter [anmeldung@unique-leadership.de](mailto:anmeldung@unique-leadership.de) · Tel.: 0172 837 57 53  
Weitere Informationen unter [www.unique-leadership.de](http://www.unique-leadership.de)

