

empathie-werkstatt®



PRAXISSEMINAR

Horsebased-Class

KLARHEIT ÜBER
UNBEWUSSTE, INTUITIVE
VERHALTENSWEISEN

Empathie auf 4 Hufen



PRAXISSEMINAR *Horsebased-Class*

Diese 2-tägige Horsebased-Class beschäftigt sich mit unserer nonverbalen Ausstrahlung – unserer Körpersprache – und darüber, wie und warum wir in bestimmten Situationen agieren.

Die Erkenntnisse werden in einer anschließenden Videoanalyse achtsam und empathisch aufgegriffen, reflektiert und in die Praxis transferiert. Dabei werden wichtige Ressourcen erkannt und Veränderungsprozesse in Gang gesetzt, die zu einer positiven, authentischen Körpersprache führen.

Empathie auf 4 Hufen



”

*Alles, was wir denken und fühlen,
strahlen wir über unsere Körpersprache
aus - sie ist das Schaufenster
in unser Innenleben.*

Uschi Kellenberger

Die friedliche Umgebung in der freien Natur mit den beiden vierbeinigen Coaches ermöglichen eine Auszeit mit sich selbst, verbunden mit ganz wunderbaren Einsichten über das ureigene Innere.

KÖRPERSPRACHE POSITIV AKTIVIEREN





”

Pferde sind die «Experten der Körpersprache». Die ihnen angeborene Fähigkeit für das feinsinnige Wahrnehmen natürlicher Autorität, machen wir uns zunutze.

Uschi Kellenberger

Pferde sind besonders feinfühlig und die wahren Experten der Körpersprache. Sie sind in der Lage, unsere Emotionen, unsere Gestik, die Körperhaltung und unsere Mimik blitzschnell zu erkennen und zu entschlüsseln. Innerhalb von Sekunden deuten Pferde sogar Bestandteile unserer Körpersprache, die für uns nicht erkennbar sind, aber im zwischenmenschlichen hinderlich wirken.

Pferde agieren somit als Spiegel für unser Verhalten und für das, was im Verborgenen liegt. Diese angeborene Wahrnehmungsfähigkeit der Pferde machen wir uns zunutze. Sie liefern uns ein wertfreies, unvoreingenommenes und unmittelbares Feedback auf unsere alltäglichen Verhaltensmuster. Das Echo des Pferdes auf unsere Handlung ist umgehend und das Ergebnis trifft aus meiner langjährigen Erfahrung immer ins Schwarze.

Alles, was wir denken und fühlen, strahlen wir über unsere Körpersprache aus – ob wir wollen oder nicht; sie ist das Schaufenster in unser Innenleben. Dabei handelt es sich um unbewusste, konditionierte Verhaltensmuster, die in unserem privaten und geschäftlichen Umfeld sichtbar werden.





”

*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

*Wir arbeiten mit den Pferden ausschliesslich am Boden.
Pferdekenntnisse sind nicht erforderlich.*



Uschi Kellenberger

Geschäftsleitung *Empathie-Werkstatt® GmbH*
Trainerin, Coach, Mediatorin, Dozentin, Autorin, Pferdeärin
Anerkannte Trainerin Fachverband Gewaltfreie Kommunikation®
Zertifiziert für pferdegestütztes Coaching durch *HorseSense®*

TRAINING | COACHING | MEDIATION

Empathie-Werkstatt® GmbH

Blaurockstrasse 22b

CH-8260 Stein am Rhein

Telefon: +41 (0)44 941 92 04

Mobil: +41 (0)78 646 25 04

kontakt@empathie-werkstatt.ch

www.empathie-werkstatt.ch

SEMINARLEITUNG

Uschi Kellenberger

Seit 2011 vermittele ich hauptberuflich in Seminaren, Ausbildungen, Vorträgen und persönlichen Coachings die Prinzipien der Gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg. In diesen Seminaren lernen die Teilnehmer, sich in Alltags-Situationen verbal authentisch auszudrücken, um verstanden zu werden und zu einem entspannten Miteinander beizutragen, in welchem so viele Bedürfnisse wie möglich erfüllt werden.

2017 lernte ich bei meiner Forschung über die nonverbale Ausdrucksfähigkeit und dessen Wirkung die Methode des «pferdegestützten Coachings» kennen und absolvierte bei *HorseSense®* im Berner Oberland nahe Thun, eine entsprechende Fortbildung. Seit Kindesbeinen von Pferden umgeben, bringe ich zusätzlich eine gut 40-jährige Erfahrung in Pferdehaltung und -umgang mit. Das absolute Wohl und die grundsätzliche Freiwilligkeit von Mensch und Tier stehen bei mir im Vordergrund.

Meine beiden vierbeinigen «Experten», die im praktischen Teil des Workshops zum Einsatz kommen, sind dank artgerechter Haltung (365 Tage Weidegang im Herdenverbund) in einwandfreiem psychischen und physischen Zustand. Nur aufgrund dieser Ausgeglichenheit können sie offen und authentisch zu lebensdienlichen Erkenntnissen und Wachstumsmöglichkeiten der Teilnehmenden dieses Workshops beitragen.