



GLÜCKSWERKSTATT- AKADEMIE UND COACHING MIT PFERDESTÄRKE

**Pferdegestützte
Betriebsrats- Personalratsseminare
und Teambuilding**





Warum mit Pferdestärke?

Wir Menschen haben gelernt, uns stets in unserer Außendarstellung zu verbessern. Zusätzlich machen wir uns ständig Sorgen um die Zukunft und das liebe Geld.

Pferde hingegen leben immer im hier und jetzt. Sie sind in Gedanken nicht beim nächsten Termin oder dem nächsten Tag. Sie sorgen immer dafür, dass es ihnen hier und jetzt gut geht.

Außerdem können Pferde nicht lügen. Sie verstellen sich nicht, um gemocht zu werden oder um besser dazustehen.

Im Umgang mit dem Menschen spiegeln sie immer unser Verhalten und unsere Energie.

Das macht sie zu perfekten Partnern in Coaching, Seminaren und Beratung.

"Die Natur betrügt uns nie. Wir sind es, die wir uns selbst betrügen". Jean-Jacques Rousseau

Niemand wird uns so unvoreingenommen und ehrlich begegnen wie ein Tier, speziell ein Pferd. Das Herdentier ist von der Natur darauf gepolt, direkt und unmittelbar zu reagieren. Durch dieses ehrliche Feedback in einem pferdegestützten Coaching haben wir die Chance, uns in unserer Wirkung, Präsenz und Authentizität zu entwickeln.

Warum ein pferdegestütztes Coaching/Seminar bei mir?

- Durch viele Methoden erfährst Du **Selbstbewusstsein** und **Selbstvertrauen**.
- Führung und die notwendigen "**Soft Skills**" erfährst Du mit allen Sinnen
- Unsere Pferde werden in kleinen Herden so **natürlich** wie möglich gehalten. So sind sie jederzeit **ausgeglichen** und arbeiten gerne mit dem Menschen zusammen.
- Ich arbeite mit Islandpferden. Diese sind **kleiner und ruhiger** als viele andere Rassen.
- Unser Hof ist nicht schickimicki aber dafür **herzlich** und **authentisch**.

Ich selbst habe seit über 20 Jahren Erfahrung mit Coaching und Persönlichkeitsentwicklung und über 35 Jahre Erfahrung im Umgang mit Pferden. Ich gebe seit nun 24 Jahren JAV-, Arbeitsrechts- und Betriebsratsseminare und habe viele Jahre für die Gewerkschaft NGG als politische Angestellte bis zur Referatsleiterebene gearbeitet.

Durch meine vielseitigen Ausbildungen, unter anderem zur psychologischen Beraterin, Stressmanagement und Burnout Coach, EMDR, IEMT, Energetiker für Mensch und Pferd und Dorn-Osteopatin für Pferde, kann ich sowohl dich als auch die Pferde in Körpersprache und Verhalten lesen und dir somit im Seminar- und Coaching-Prozess bestmöglich zur Seite stehen.

WIE LÄUFT EIN PFERDEGESTÜTZTES SEMINAR/ COACHING AB?

In einem pferdegestützten Seminar werden neu gelernte Inhalte durch das Medium Pferd reflektiert und dadurch verinnerlicht.

Die Inhalte werden wie gewohnt in gemütlicher Atmosphäre in einem Seminarraum durch verschiedene Methoden vermittelt. Danach begeben wir uns zum Pferdehof.

Hier kommen entweder in Einzel- oder in Gruppenübungen die Pferde zum Einsatz. Die Übungen können zum Beispiel ein Parkour sein, durch den du das Pferd unter Aufsicht führen sollst.

Zu keinem Zeitpunkt wirst du das Pferd reiten oder allein mit dem Pferd gelassen.

Du benötigst festes Schuhwerk und Kleidung, die sowohl schmutzig werden darf als auch warmhält.



Das Pferd

- Dient als Spiegel. Du erkennst durch sein Verhalten was dich unterstützt
- Es hilft dir deine Selbstvertrauen zu stärken
- Durch sein ruhiges Verhalten hilft es dir Stress abzubauen

Dein Nutzen

Deine innere Einstellung und das eigene Verhalten entscheiden darüber, wie Du mit den täglichen Anforderungen auf Dauer umgehst.

- Finde Deinen individuell passenden Wege im Beruf und im Privatleben.
- Lerne Deine eigenen Bedürfnisse und Wünsche deutlicher zu erkennen und Dein Leben bewusst und aktiv zu steuern.
- Nutze Deine Zeit bewusst und sinnvoll, um leistungsfähig und zufrieden zu bleiben.
- Behalte dein körperliches und psychisches Wohlbefinden trotz betrieblicher Anforderungen.
- Analysiere Deine persönlichen Stressfaktoren und bisherigen Reaktionsmuster.
- Entwickle Deine individuelle Lösungen im Umgang mit Konflikten, Ärger und Extremsituationen.
- Erweitere Deine Möglichkeiten der Selbstwahrnehmung.

Seminare für Betriebsräte gemäß § 37.6 BetrVG

Betriebsräte haben laut § 37 Abs. 6 Betriebsverfassungsgesetz (Personalräte nach § 46 Abs. 7 BPersVG oder entsprechender LPVG Regelung) Anspruch auf die Teilnahme an Schulungs- und Bildungsveranstaltungen, soweit diese Kenntnisse vermitteln, die für die Arbeit des Betriebsrates erforderlich sind. Dies gilt grundsätzlich für alle hier vorgestellten Seminare. Das Teilnahmerecht besteht darüber hinaus auch bei Seminaren, die besonderes Wissen vermitteln und einen Bezug zur aktuellen oder in naher Zukunft anstehenden Aufgaben des Betriebsrats haben. Dem Betriebsrat steht bei der Frage, ob ein Seminar erforderlich ist, ein Beurteilungsspielraum zu.





SICH SELBST ALS BR-MITGLIED IM TEAM EINBRINGEN UND WEITERENTWICKELN

FÜHREN UND GEFÜHRT WERDEN IM BR-GREMIUM

INHALTE

Damit die Führung eines BR-Gremiums funktionieren kann, muss jedes BR-Mitglied bereit sein sich führen zu lassen, aber auch gelegentlich Führungsverantwortung zu übernehmen und außerdem sich selbst zu führen. Damit gehören die Grundlagen im Bereich Führung zu den elementaren Kompetenzen, über die jedes einzelne BR-Mitglied verfügen sollte.

Themen

Führung im Verständnis des BetrVG / BPersVG

- Betriebsratssitzung, Arbeitsteilung und Ausschussarbeit
- Die Geschäftsordnung als Führungsinstrument
- Aufgaben und Rolle von Vorsitzenden und stellvertretenden Vorsitzenden und jedes einzelnen Mitglieds

Betriebsrat als selbstverantwortliches Ehrenamt

- Selbstführung und innere Haltung
- Übernahme von Verantwortung in Projekten und Ausschussarbeit
- die eigene Rolle im Meinungsbildungsprozess des Gremiums

Gruppendynamiken und Führung

- Kommunikation und Zusammenarbeit in unterschiedlichen
- Entwicklungsphasen des BR-Teams
- Umgang mit Unklarheiten, unterschiedlichen Interessen und Krisen
- Grenzen klar erkennen und einhalten

Eckdaten

Dauer: 5 Tage Höchststeilnehmendenzahl: 10 TN

Seminar Beginn:

Montags 12 Uhr mit dem Mittagessen

Seminar Ende:

Freitag ca. 12 Uhr mit dem Mittagessen

Seminarkosten p.P: 1340 € netto

zzgl. MwSt. Hotel und Verpflegung

Termine

17.-21.06.24 in Kooperation mit dem BZO

19.-23.08.24

16.-20.09.24 in Kooperation mit dem BZO



SEMINAR STARKES AUFTRETEN DURCH KLARE KOMMUNIKATION NEIN IST EIN GANZER SATZ

Nichts ist für Menschen so wichtig wie die Kommunikation. Sie öffnet uns Türen und hilft uns dabei andere Menschen zu erreichen.

Oft liegt es an Kleinigkeiten, ob ein Gespräch für beide Seiten zufriedenstellend verläuft. Eine konstruktive, wertschätzende Atmosphäre ist ebenso wichtig wie die innere Haltung, eine kritische Reflexion unseres eigenen Kommunikationsstils unsere Körpersprache und eine professionelle Vorbereitung.

Trainiere praxiserprobte Gesprächstechniken, um im Umgang mit KollegInnen, VerhandlungspartnerInnen und Vorgesetzten noch überzeugender zu kommunizieren und bringe so souverän das Gespräch zum gewünschten Ergebnis.

Ein einfacher Satz kann doch so viel Verwirrung bringen. Wieso werde einige Menschen im BR Gremium oder im Gespräch mit der ArbeitgeberIn immer falsch verstanden? Kommunikation ist eben nicht nur Sprache.

Kommunikation

- Grundlagen der Kommunikation
- Einsetzen von verbale, nonverbale und paraverbale Kommunikation
- Die eigene Kommunikation und Selbstwahrnehmung verbessern

Motivation steigern

- Die eigenen Antreiber erkennen
- Die eigenen Emotionen und Energien erkennen und verbessern
- Das Energielevel gezielt einsetzen
- Balance zwischen Nähe und Distanz

Das Gegenüber wahrnehmen

- Beobachtungsvermögen sensibilisieren und schulen
- Mit Achtsamkeit zur Höheren Empathie
- Grenzen setzen und eigenen Standpunkt vertreten

Das Pferd als Spiegel

- Die eigene Körpersprache erkennen
- Die eigene Energie gespiegelt bekommen
- Achtsamkeit steigern

Eckdaten

Dauer: 5 Tage Höchststeilnehmendenzahl: 10 TN

Seminar Beginn:

Montags 12 Uhr mit dem Mittagessen

Seminar Ende:

Freitag ca. 12 Uhr mit dem Mittagessen

SeminarKosten p.P: 1340 € netto

zzgl. MwSt. Hotel und Verpflegung

Termine

15.-19.04.24

07.-11.10.24

STRESSBELASTUNGEN ERKENNEN – STRESSFALLEN VERMEIDEN – UMGANG MIT STRESS VERBESSERN- BURNOUT ABWENDEN

ALS BETRIEBSRAT STRESSFREI ARBEITEN

INHALTE

Der Umgang mit Stress gehört für alle Beschäftigten zu den großen Herausforderungen unserer Zeit! Für Mitglieder von BR-Gremien ergeben sich durch die BR-Arbeit selbst, aber auch durch das Nebeneinander von Ehrenamt und betrieblicher Tätigkeit immer wieder besonders starke Belastungen.

Grundlagen

- Was ist Stress?
- Welche Faktoren können Stress auslösen?
- Welche kurz- und langfristigen Folgen hat Stress im Arbeitsalltag?
- Welche Konzepte gibt es zum Umgang mit Stress?

Betriebliche, strukturelle Stressfallen erkennen, analysieren und entschärfen

- häufigste vorkommende und belastende betriebliche Stressquellen
- Handlungsmöglichkeiten des Arbeitgebers und des Betriebsrats
- Möglichkeiten der Mitbestimmung durch den BR

Den eigenen Alltag als BR-Mitglied gesundheitsbewusster gestalten

- Stressbelastungen im Körper erkennen
- Das eigene Denken und Handeln reflektieren und „neu“ denken
- die eigene Resilienz verbessern
- sich Unterstützung organisieren
- Die Burnout-Spirale
- Stressbelastung im Körper erkennen
- Zeitmanagement und Selbstmanagement
- Die eigenen Arbeitsabläufe reflektieren
- Das eigene Denken und Handeln neu strukturieren
- Klare Grenzen setzen
- Aufgabenteilung geschickt organisieren

Eckdaten

Dauer: 5 Tage Höchsteilnehmendenzahl: 10 TN

Seminar Beginn:

Montags 12 Uhr mit dem Mittagessen

Seminar Ende:

Freitag ca. 12 Uhr mit dem Mittagessen

Seminarkosten p.P: 1340 € netto
zzgl. MwSt. Hotel und Verpflegung

Termine

21.-24.05.24

01.-05.07.24 in Kooperation mit dem BZO

14.-17.10.24 in Kooperation mit dem BZO



DAS BR-GREMIUM ALS STARKES TEAM GEMEINSAM ANS ZIEL

INHALTE

Ihr wollt mit dem gesamten Betriebsratsgremium, abseits des betrieblichen Alltag, eure Arbeit reflektieren und verbessern, neue Ziele setzen und den Teamgeist stärken?

Dann meldet euch bei uns!

Gerne entwickeln wir für euch ein Angebot, das zu euren Wünschen und Fragestellungen passt.

Mögliche Schwerpunkte:

- Verbessern des Infoaustauschs und der Kommunikation im Gremium
- Zusammenarbeit im Gremium optimieren: Arbeitsplanung und -teilung
- Themen und Schwerpunkte für die aktuelle und längerfristige BR-Arbeit verabreden
- Gruppendynamik und sich als Team weiterentwickeln

Motivation steigern

- Die eigenen Antreiber und Emotionen erkennen
- Stärken und Schwächen erkennen und nutzen
- Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung
- Was bedeutet das für unser Gremium

Kommunikation im Gremium

- Die eingefahrenen Pfade aufdecken
- Kommunikation im Gremium erkennen und verbessern
- Neue Wege gehen
- Die Kraft der Freiräume

Eckdaten

Dauer: 3 Tage oder 5 Tage
Seminar Beginn: Montags/ Mittwochs 10 Uhr
Seminar Ende: Mittwoch/ Freitag ca. 13 Uhr

Seminarkosten auf Anfrage
zzgl. MwSt. Übernachtung und Verpflegung

Termine auf Anfrage
Höchsteilehmendenzahl
10 TN



KOMM IN DEINE STÄRKE UND WERDE DIE BESTE VERSION VON DIR



Glückswerkstatt- Akademie und Coaching mit Pferdestärke

Im Hasseldamm 23
41352 Korschenbroich
0177-5618563
Mail: Glueckswerkstatt-online@gmx.de
www.Glueckswerkstatt.online

