



[www.ostendorf-seminare.de](http://www.ostendorf-seminare.de)

## **Weiterbildungsreihe „Selbstwirksamkeit im Wandel“**

### **Schulung beruflich notwendiger Kompetenzen mit Pferden und Intuitivem Bogenschießen**

Die aktuelle Zeit stellt die Gesellschaft und den einzelnen Menschen vor große Herausforderungen. Seit Jahren wechselt eine Krise die nächste ab.

Dadurch verändert sich nicht nur das gesellschaftliche Zusammenleben, sondern auch im Berufsleben müssen sich viele Menschen mehr oder minder gezwungenermaßen neu definieren. Wer heutzutage im Beruf (wieder) Fuß fassen möchte, benötigt neben fachlicher Qualifikation viele weitergehende Kompetenzen, die ihm/ihr – individuell kombiniert - ermöglichen selbstwirksam für die eigene berufliche Erfüllung zu agieren. Doch viele dieser Kompetenzen (z.B. Authentizität, Führungsqualitäten, Konfliktfähigkeit, Selbstbewusstsein, Zielorientierung uvm.) lassen sich nicht mit bunten Zetteln am Flipchart lernen.

Diese Weiterbildungsreihe bietet durch ihre innovative Methodenkombination aus theoretischem Fachwissen, Kompetenztraining mit Pferden und Intuitivem Bogenschießen eine bisher einmalige Möglichkeit, beruflich unerlässliche Fähigkeiten der Selbstwirksamkeit zu erlernen, zu vertiefen und letztendlich zur Selbstverwirklichung im Berufsleben effektiv zu nutzen und ggf. weiterzugeben.

#### **Selbstwirksamkeit lernen in**

6 Seminaren über 5 Tage (Mo – Fr) an unterschiedlichen Seminarorten in Brandenburg, wobei der erste Seminartag jeweils zur Einführung der Praxismethoden und des jeweiligen Oberthemas dient:

1. Stressbewältigung
2. Kommunikation, Kooperation und innere Klarheit
3. Teamarbeit
4. Zielfindung und Umsetzung Strategien
5. Motivieren und Anleiten
6. Selbstwirksamkeit und Selbstverwirklichung im beruflichen Kontext

Nach Abschluss jedes Seminars und mit Beendigung der kompletten Seminarreihe erhält jede/r TeilnehmerIn ein Zertifikat über die Teilnahme bzw. komplette Absolvierung durch die Seminarleitung.

#### **Teilnahmevoraussetzungen:**

**Vorerfahrungen mit Pferden und im Bogenschießen sind für eine Teilnahme nicht erforderlich.** Weder in der Arbeit mit den Pferden noch im Bogenschießen besteht eine sportliche Orientierung. In den praktischen Sequenzen mit den Pferden wird nicht geritten. Sie zielen insbesondere auf die Spiegelung und Vertiefung beruflich notwendiger Kompetenzen ab. Das Bogenschießen dient als Methode der Zielfindung und Verdeutlichung im beruflichen Kontext. Angewendet werden Techniken zur Fokussierung, Konzentration, Orientierung und Umsetzung.