

Zielgruppe

Ganztägiger Workshop mit Eseln, eingebettet in Führungsprogramme, Kommunikationsseminare, Achtsamkeit- oder Stressbewältigungstrainings. Außerhalb des klassischen Seminarraums im Außengelände und in Halle. Der Trainingstag wird von einer Trainerin für Esel und einer Trilogie Moderatorin begleitet

Essenz

Esel können für eine Zusammenarbeit nur gewonnen, nicht aber dazu angetrieben werden. Im Umgang mit Eseln können die eigene Haltung, Glaubenssätze, Prinzipien, Werte, Stärken, Schwächen, Trigger, Antreiber unmittelbar erfahren werden. Themen wie Respekt, Balance zwischen Kontrolle und Vertrauen, Achtsamkeit und Klarheit werden eindrücklich und unmittelbar durch diese Tiere widergespiegelt. Aufgaben wie z. B. „Esel über Hindernisse führen“, „Esel striegeln“ oder „Spaziergang mit Esel machen“ ermöglichen so ein direktes sich Ausprobieren sowie ein tiefes Erfahrungslernen über „Kopf – Herz – Hand“. Der Esel-Workshop erzeugt eine wirkungsvolle Lernkurve in Bezug auf Selbstwirksamkeit, (Führungs-)Präsenz, Haltung und kongruentes Verhalten.

Anhand der praktischen Erfahrung werden im Lauf des Tages verschiedene Aspekte reflektiert, im Führungstraining z. B.:

- Situatives Führen
- Grenzen von Führung
- Unterschied zwischen Autorität und Hierarchie

Methodik

Raus aus der Komfortzone und rein ins Lernen durch Erfahrung – mit Spaß und Interaktion.

Interaktives praktische Arbeitsphasen mit dem Tier, Eigenreflexion, Austausch in der Gruppe und Feedback durch Moderatoren

Umfang

1 Tag

Inhalt

Besonderheiten des Trainings

Lernen durch das Verhalten eines Tieres und direkte Spiegelung innerer Haltungen (Führungshaltung, Einstellung in der Beziehung zum Anderen)
Hoch interaktives Training: Unmittelbares Feedback durch Reaktion des Esels (das Tier bewertet/interpretiert im Gegensatz zum Menschen nicht)
Tiefes Lernen durch das intensive Erleben auf drei Wahrnehmungsebenen: Fühlen – Denken/Bewerten – Körperempfinden

Auszug aus den Reflexionen der Teilnehmenden

- **„Spannend war, zu erleben, wie ich an Aufgaben herangehe – den inneren Ehrgeiz zu spüren, alles können zu müssen und dabei mir selbst und anderen zu viel zuzumuten…“**
- **„Beeindruckend war, dass die Esel so autark sind und, dass die Notwendigkeit, sich auf sie einzulassen, viel größer ist als bei Tieren, die gehorsamer sind und auf Dominanz mehr reagieren…“**
- **„Das Thema Grenzen respektieren und Grenzen „des Anderen“ durch Vertrauensaufbau und Miteinander zu erfahren, war eine Herausforderung (hier: Gang durchs Wasser). Das gemeinsam zu bewältigen war sehr eindrücklich – und fiel von Esel zu Esel unterschiedlich aus.“**
- **„Spielregeln aufstellen und durchhalten,: Esel nutzen Unsicherheiten des Führenden gnadenlos aus. Spannend, wie ich die Erfahrung auf meine Führungssituation in meinem Team übertragen kann.“**
- **„Es braucht sehr die eigene Willensklarheit und das sich Einlassen auf den Anderen. Beides in Balance zu halten und zu sehen, was passiert, wenn das eine oder andere kippt, war eine Herausforderung. In meinem Fall war es ein davongelaufener Esel, der gemütlich am Wegrand graste und sich nicht – schon gar nicht durch Krafteinsatz – davon abbringen ließ.“**

Struktur des Tages

- Einstimmung und Sicherheitshinweise
- Erstes Arbeiten mit den Eseln
- Feedback und Reflexionsrunde
- Zweites Arbeiten mit den Eseln
- Feedback und Reflexion, Erarbeiten von Handlungsvarianten, Transfer zum Arbeitsalltag (je nach übergeordnetem Thema)
- Mittagspause

- Drittes Arbeiten mit den Eseln
- Feedback und Reflexion, Erarbeiten von Handlungsvarianten, Transfer zum Arbeitsalltag (je nach übergeordnetem Thema)
- Ggf. viertes Arbeiten mit den Eseln
- Abschließende Auswertung, Lerntransfer für den eigenen Alltag und Ausstieg aus dem Tag

---

Sprechen Sie uns gern an! Wir erarbeiten ein unternehmensspezifisches Eselworkshop-Konzept für Ihre Führungskräfte oder Teams.