

# Pferdegestütztes Coaching & Kompetenztraining

---

## So könnte Ihr Tag aussehen:



### Erlebnis Pferd

// Erholungs- und Erlebnistag für Teams //

Beschreibung:

Sie wollen als Team einen Tag abseits vom beruflichen Alltag verbringen? Genießen, erleben, Spaß haben, ausprobieren, Pferde hautnah erleben? Wir sorgen dafür, dass Sie einen spannenden Tag voller Bewegung, Kommunikation und Freude mit unseren Vierbeinern verbringen und aus dem Alltag aussteigen! Und ganz nebenbei lernen Sie sich selbst und Ihre KollegInnen vielleicht noch besser kennen und schätzen!

Dauer: 1 Tag  
Ort: Reit- & Voltigierverein Messendorfberg / Seminarräume Sportzentrum Pachern  
Kosten: auf Anfrage  
Leiterinnen: Mag. Andrea Plaschka & Rosemarie Pacher-Theinburg  
Infos: [www.andrea-plaschka.com](http://www.andrea-plaschka.com)  
Kontakt: [office@andrea-plaschka.com](mailto:office@andrea-plaschka.com); 0664/1943151 (Mag. Andrea Plaschka)



### Teamspirit – respektvolles, stärkendes Miteinander!

// Umgangsformen in Teams erkennen und reflektieren //

Beschreibung:

Was macht ein gutes Team aus? Welche Rollen(zuschreibungen) gibt es in Ihrem Team? Wie können Sie noch besser zusammenarbeiten? In gezielten Übungen mit Pferden, einzeln und in der Gruppe, erarbeiten Sie den IST-Zustand Ihres Teams, erkennen die unterschiedlichen Rollen, lernen sich selbst und die anderen noch besser kennen und gewinnen in einer intensiven Reflexion wertvolle Erkenntnisse für den Berufsalltag. Profitieren Sie von der ehrlichen und wertfreien Rückmeldung der Pferde und lassen Sie sich auf einen spannenden Tag mit KollegInnen und Vierbeinern ein, an dem keineswegs Ihre Schwächen „angeprangert“ werden sollen, sondern vielmehr die persönlichen und gemeinsamen Stärken sowie das gemeinsame Erlebnis im Vordergrund stehen.

Dauer: 1 oder 2 Tage  
Ort: Reit- & Voltigierverein Messendorfberg / Seminarräume Sportzentrum Pachern  
Kosten: auf Anfrage  
Leiterinnen: Mag. Andrea Plaschka & Rosemarie Pacher-Theinburg  
Infos: [www.andrea-plaschka.com](http://www.andrea-plaschka.com)  
Kontakt: [office@andrea-plaschka.com](mailto:office@andrea-plaschka.com); 0664/1943151 (Mag. Andrea Plaschka)



## **Mitarbeiter/innen erfolgreich führen**

**// Persönliche Führungsstile erkennen und reflektieren //**

Beschreibung:

Führungskräfte erfüllen eine komplexe Aufgabe und tragen viel Verantwortung. Ihre verschiedenen Führungsstile nehmen Einfluss auf Ihre Mitarbeiter/innen – ob bewusst oder unbewusst. Genauso verhält es sich in einer Pferdherde – Leitstuten übernehmen die Verantwortung und bekommen im Gegenzug das volle Vertrauen der Herde. Wir laden Sie ein, Ihre Kompetenzen mit Hilfe von Pferden zu erkennen, intensiv zu reflektieren und von der Führungskompetenz der Pferde zu lernen, um in einem weiteren Schritt Stärkungs- oder Veränderungsprozesse in Gang zu bringen. Freuen Sie sich auf spannende Erkenntnisse in der Rolle als „Herdenchef/in“.

Dauer: 1 oder 2 Tage

Ort: Reit- & Voltigierverein Messendorfberg / Seminarräume Sportzentrum Pachern

Kosten: auf Anfrage

Leiterinnen: Mag. Andrea Plaschka & Rosemarie Pacher-Theinburg

Infos: [www.andrea-plaschka.com](http://www.andrea-plaschka.com)

Kontakt: [office@andrea-plaschka.com](mailto:office@andrea-plaschka.com); 0664/1943151 (Mag. Andrea Plaschka)



## **Soft Skills – der Schlüssel zum Erfolg!**

**// Soziale Kompetenzen stärken //**

Beschreibung:

Ob als Führungskraft, als Mitglied in einem Team oder im Kontakt mit GeschäftspartnerInnen und KundInnen - sicheres Auftreten, Klarheit, Empathie, Überzeugungskraft, Lösungsorientierung etc. spielen eine entscheidende Rolle in der Interaktion mit Menschen und tragen maßgeblich zu erfolgreichen (Geschäfts-)Beziehungen bei. Nutzen Sie die Arbeit mit Pferden um klares, ehrliches und wertfreies Feedback zu ihren sozialen Kompetenzen zu bekommen, um daraus wertvolle Erkenntnisse zu erarbeiten. Nehmen Sie wahr, wie die Pferde auf ihre Vorgehensweisen reagieren und ziehen Sie wertvolle Schlüsse daraus, die Sie in Ihrem Alltag optimal nutzen können. Wir freuen uns auf Sie und Ihre Stärken!

Dauer: 1 oder 2 Tage

Ort: Reit- & Voltigierverein Messendorfberg / Seminarräume Sportzentrum Pachern

Kosten: auf Anfrage

Leiterinnen: Mag. Andrea Plaschka & Rosemarie Pacher-Theinburg

Infos: [www.andrea-plaschka.com](http://www.andrea-plaschka.com)

Kontakt: [office@andrea-plaschka.com](mailto:office@andrea-plaschka.com); 0664/1943151 (Mag. Andrea Plaschka)



## **In mir steckt noch viel mehr!**

**// Persönliche Stärken erkennen und optimal nutzen //**

Beschreibung:

Sind Sie sich Ihrer Stärken immer bewusst? Können Sie ihre Fähigkeiten dort einsetzen, wo sie gebraucht werden? Pferde sind Meister darin, Ihnen Ihre persönlichen Kompetenzen direkt, ehrlich und wertfrei aufzuzeigen. In der Interaktion mit dem Pferd werden Sie vermutlich neue Seiten an sich entdecken, haben die Möglichkeit ihre Stärken zu reflektieren und erkennen vielleicht, dass Ihre „Schwächen“ auch Vorteile haben. Wenn Sie Lust haben, Ihr volles Potential zu erkennen und zu leben, sind Sie bei uns genau richtig! Wir und unsere Pferde freuen uns auf Sie!

Dauer: 1 oder 2 Tage  
Ort: Reit- & Voltigierverein Messendorfberg / Seminarräume Sportzentrum Pachern  
Kosten: auf Anfrage  
Leiterinnen: Mag. Andrea Plaschka & Rosemarie Pacher-Theinburg  
Infos: [www.andrea-plaschka.com](http://www.andrea-plaschka.com)  
Kontakt: [office@andrea-plaschka.com](mailto:office@andrea-plaschka.com); 0664/1943151 (Mag. Andrea Plaschka)



## **Auf den Spuren meiner Persönlichkeit**

**// Individuelle Persönlichkeitsstile erkennen und nutzen! //**

Beschreibung:

Ist Ihnen immer klar, wie sie „ticken“? Die Auseinandersetzung mit Pferden kann Ihnen dabei helfen, sich selbst, Ihre Eigenschaften und Ihr (situatives) Verhalten besser zu verstehen. Das hat ganz klare Vorteile: eine intensive Reflexion über die eigene Person kann dabei helfen, persönliche bzw. berufliche Beziehungen zu verbessern und gibt Ihnen Klarheit über Ihre Fähigkeiten und Wünsche. Lassen Sie sich auf eine spannende Persönlichkeitsreise ein, bei der es nicht darum geht, Ihre Schwächen „anzuprangern“, sondern vielmehr Ihre Stärken hervorzuheben!

Dauer: 1 oder 2 Tage  
Ort: Reit- & Voltigierverein Messendorfberg / Seminarräume Sportzentrum Pachern  
Kosten: auf Anfrage  
Leiterinnen: Mag. Andrea Plaschka & Rosemarie Pacher-Theinburg  
Infos: [www.andrea-plaschka.com](http://www.andrea-plaschka.com)  
Kontakt: [office@andrea-plaschka.com](mailto:office@andrea-plaschka.com); 0664/1943151 (Mag. Andrea Plaschka)



## **Achtsamkeit – weil meine Gesundheit wichtig ist!**

**// Alternative Umgangsformen mit Belastungen und Zeitdruck erarbeiten//**

### Beschreibung:

Sind Sie im (beruflichen) Alltag häufig mit Stress und Zeitdruck konfrontiert? Fühlen Sie sich belastet? Sie selbst können am besten und schnellsten etwas daran ändern. Gönnen Sie sich das „Erlebnis Pferd“ und erlauben Sie sich, von diesen wundervollen Tieren zu lernen, achtsamer mit sich selbst umzugehen, öfters im Hier und Jetzt zu leben und blockierende, sabotierende Verhaltensmuster zu reflektieren, um daraus mögliche Lösungswege zu erarbeiten. Wir freuen uns auf Menschen, die ihre Gesundheit als hohes Gut verstehen!

Dauer: 1 oder 2 Tage

Ort: Reit- & Voltigierverein Messendorfberg / Seminarräume Sportzentrum Pachern

Kosten: auf Anfrage

Leiterinnen: Mag. Andrea Plaschka & Rosemarie Pacher-Theinburg

Infos: [www.andrea-plaschka.com](http://www.andrea-plaschka.com)

Kontakt: [office@andrea-plaschka.com](mailto:office@andrea-plaschka.com); 0664/1943151 (Mag. Andrea Plaschka)