

ESELEI
SCHEINFELD



Zeit,
Du zu sein

TIERGESTÜTZTE SEMINARE

- Teambuilding
- Stressprävention
- Training für Führungskräfte & Multiplikatoren





Warum tiergestützt?

„...weil Tiere
authentische
Ratgeber sind.“

Tiere leben im Jetzt.

Sie erzählen sich keine Geschichten über uns
und urteilen daher nicht.

Sie lesen unsere Körpersprache und nehmen
uns so, wie wir jetzt gerade sind.

**Tiere sind Wegweiser in den
Augenblick!**

Unabhängig von unserem sozialen Status,
unserer Kleidung oder unserem Bildungsstand
spiegeln sie unser Verhalten in Bezug auf sie
selbst im Jetzt und Hier.

Wenn wir uns Zeit nehmen, um ins Gespräch
mit den Tieren zu kommen, kann geschehen,
was sonst oft nur mit viel Übung und
langwieriger Anleitung geschehen kann:

Das Sein im Jetzt!

Dies bietet die wunderbare Chance für ein
sauberes Feedback, die Möglichkeit für den
Ausstieg aus unbewussten und nicht
förderlichen Verhaltensweisen und dadurch die
Gelegenheiten für das Etablieren von neuen
hilfreichen Strategien im Umgang mit sich
selbst und anderen.

SEI DU DER WANDEL,
DEN DU IN DER WELT
SEHEN MÖCHTEST!

Mahatma Gandhi

INHALT

Esel – wunderbare Gefährten, wunderbare Lehrer	5
Dürfen wir uns kurz vorstellen? Tanja Jordan	6
Meine Esel-Kollegen in der Eselei	7
Übersicht über Seminarformate	8
Teambuilding	10
Stressprävention kompakt	11
Multiplikatoren-Training	12
Training für Führungskräfte	13
Zusätzliche Würze für Ihr Seminar	15
Die Eselei Scheinfeld	16
Kostenerstattung durch die Krankenkasse Verpflegung Übernachtung	17

AUCH AUS STEINEN,
DIE EINEM IN DEN WEG
GELEGT WERDEN,
KANN MAN ETWAS
SCHÖNES BAUEN.

Goethe



Wunderbare Gefährten. Wunderbare Lehrer.

Bei uns werden Esel zunehmend zu einem geschätzten Partner im pädagogischen oder therapeutischen Einsatz. Ihre ruhige Stärke besticht durch ihre gleichzeitige Einfühlsamkeit. Sehr achtsam suchen Esel den Kontakt zum Menschen, reagieren authentisch auf Botschaften, die dieser auch unbewusst aussendet und genießen den Körperkontakt. Der Esel denkt immer erst nach, bevor er handelt und reagiert daher meist beherrscht und an die Situation angepasst.

Eseln ist das Konzept von Gehorsamkeit und Unterwerfung fremd.

Deshalb können sie nur sehr schwer zu etwas gezwungen werden und reagieren trotz unterschiedlichster Charaktere immer authentisch nach ihrer eigenen Einschätzung.

Freundschaft, Gelassenheit und Kooperation sind daher die Schlüssel zum Herzen des Esels.

Die natürliche Heimat der Esel ist die Steinwüste. In diesem schwierigen Lebensraum kann jeder Huftritt Gefahren auslösen: Wer nicht selbst Entscheidungen treffen kann, zieht leicht den Kürzeren.

Das Wesen des Esels zeichnet sich daher durch Vorsicht und Selbstständigkeit aus.

Esel leben in offenen Herdenverbänden ohne Leittiere. Gehorsam und Unterwerfung sind ihnen fremd. Klar, wer auf Geröll oder im Gebirge gedankenlos hinter anderen herrennt, gerät schnell in gefährliche Situationen.

Esel lernen ein Leben lang und haben ein sehr gutes Gedächtnis.

Raubtiere machen das Leben der Esel noch gefährlicher. In ihrem riesigen Revier, das sie auch gegen andere Eselherden verteidigen, kennen sie daher die meisten Bewohner und wissen, wann diese sich wo aufhalten. Klug und neugierig wie Esel sind, entdecken sie Nahrung und Wasser an den schwierigsten Orten und erinnern sich auch immer wieder an diese. Sie können Wasser riechen und mit Ihren Hufen Untergründe und deren Beschaffenheit erspüren. Planvoll beginnen sie mit den Hufen zu graben und sich neue Trinkstellen zu erschließen.

Esel sind ausdauernd und bleiben immer bei sich und sich selbst treu.

Bei aller Langsamkeit genießen sie daher den besten Ruf unter den Menschen der kargen Regionen unserer Erde, in denen sie immer noch eine große und wichtige Rolle in der Landwirtschaft spielen.



Tanja Jordan

Magister Artium der Pädagogik, Psychologie und Soziologie

Zertifizierte Stresspräventionstrainerin durch die Zentrale Prüfstelle für Prävention (ZPP)

Ich gehe in den entsprechenden Seminaren auf persönliche oder individuelle Themenbereiche, sowie auf generelle und systemische Fragestellungen zur Stressprävention ein. Meine Trainings zu diesem Thema können von den Krankenkassen unterstützt werden.

Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Meine Arbeit in Seminaren mit unterschiedlichsten Gruppen erfordert differenziertes kommunikatives Geschick. Das wunderbare Werkzeug der wertschätzenden Kommunikation leistet mir hier vorzügliche Dienste. Mit großer Freude vermittele ich diese Gesprächskompetenz in meinen Seminaren.

Kräuterpädagogin

Zusätzlich hat mich meine Begeisterung für die Natur dazu bewegt, mich zur Kräuterpädagogin ausbilden zu lassen. Viele Pflanzen auf unseren Wanderungen haben daher für mich eine tiefere Bedeutung, von der ich Ihnen gerne berichte.

Das Tier als Diagnose-Partner

Meine freundschaftliche tägliche Arbeit mit den vier Eseln auf unserem Hof ermöglicht mir eine intensive Beziehung und klare Kommunikation mit den Tieren. So erhalte ich über die Esel Rückmeldungen zu Fragestellungen Einzelner und Gruppen in den Seminaren.

Ich liebe es...

... selbstständig zu denken, Zufriedenheit zu erleben, empathisch im Austausch mit anderen zu sein, mich von der Woge der Kreativität tragen zu lassen und in die Einfachheit der Natur geworfen zu sein.



Meine Esel-Kollegen in der Eselei.



Liesel

Hausesel, geboren: 2021
Widerristhöhe: wächst noch
Unsere Schauspielerin!

Rosi - Rosinchen

Zwergesel, geboren: 2015
Widerristhöhe: 105 cm
Unsere Mütterliche!



Mucki - Nepomuk

Hausesel, geboren: 2021
Widerristhöhe: wächst noch
Unser Ungestümer!



Balthazar

Zwergesel, geboren: 2018
Widerristhöhe: 79 cm
Unser Aufmerksamster!

DÜRFEN WIR UNS KURZ VORSTELLEN?



SEMINARFORMATE

Fertig entwickelte Formate finden Sie auf den Folgeseiten. Wollen Sie sich ein eigenes auf die Bedürfnisse Ihrer Gruppe zugeschnittenes Seminar zusammenstellen lassen? Kontaktieren Sie mich bitte hierzu! Ich designe Ihnen gerne Ihr spezielles Seminar! Immer enthalten ist bereits die tiergestützte Pädagogik mit unseren Eseln:

Die Kunst des Eselführens und
Eselwanderung mit Picknick

ESELEI
SCHEINFELD



Zeit,
Du zu sein

Teambuilding

- Vertrauen und Kooperation
- Spaß und Leichtigkeit
- Beitrag zu einem gesunden Arbeitsklima

Erleben Sie in tiergestützten Einheiten praktischen und theoretischen Input für Ihr Team!

Stressprävention

- äußere und innere Stressoren enttarnen
- Energie-Ressourcen entdecken
- hilfreiche Strategien entwickeln

Erleben Sie wieder Effektivität und Erfüllung im Arbeitsalltag!

Wertschätzende Kommunikation (GFK)

- aktives Zuhören
- Authentisches Rückmelden
- mehr Klarheit und Wertschätzung im Gespräch

Esel verstehen auch, was Sie nicht sagen. Sie lesen Ihre Körpersprache und so haben Sie Chancen, Ihre Kommunikationsstrategie gründlich zu erkunden.

Multiplikatoren-Training

- Stressoren enttarnen
- hilfreiche Strategien entwickeln
- Gesprächskompetenz lernen
- Wissen im Arbeitsumfeld weitergeben können

Verbreiten Sie neue Energie, Freude und Effektivität in ihrem Arbeitsumfeld!

Training für Führungskräfte

- Rollenklarheit entwickeln
- Gelassenheitstraining
- Gesprächskompetenz lernen

Vertreten Sie Ihren festen Standpunkt klar, gelassen und freundlich!



Teambuilding

Seminarinhalt und -ablauf:

Vertrauen und Kooperation, Spaß und Leichtigkeit tragen zu einem gesunden Arbeitsklima bei.

Welche Themen möchten Sie bearbeiten oder was möchten Sie und Ihr Team erleben?

In einem ausführlichen Vorgespräch designe ich für Sie und Ihr Team ein auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittenes Seminar.

Mit dabei sind natürlich immer meine vier Kollegen, die Esel Rosi, Muck, Liesel und Balthazar.

Erleben Sie in tiergestützten Einheiten praktischen und theoretischen Input für Ihr Team!

Module können sein:

- Tiergestützte Pädagogik mit Eseln
- Entschleunigung und Achtsamkeit
- Wertschätzende Kommunikation (GFK)
- Theaterpädagogik
- Kräuterpädagogik
- Erlebnispädagogik

Seminarbeispiel:

5 Stunden tiergestütztes Teambuilding für 12 Personen
Entschleunigen: Ankommen im Hier und Jetzt der Eselwelt

Achtsamkeit und Klarheit: Die Kunst des Eselführens
Gelassenheit und Spaß: mit den Langohren in der Natur unterwegs

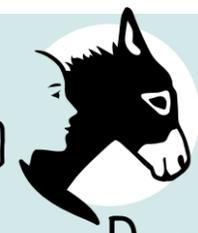
Picknick im Grünen

max. 12 Personen

Dauer: ab 5 Stunden
bis mehrere Tage

Termine nach Vereinbarung

ESELEI
SCHEINFELD



Zeit,
Du zu sein



Stressprävention kompakt

Da ich zertifizierte Stresspräventionstrainerin bin, können Seminare zur Stressprävention unter bestimmten Voraussetzungen für Ihre Mitarbeiter bei der Krankenkasse abgerechnet werden.

Enthalten im Seminar sind alle von den Krankenkassen dafür vorgeschriebene Inhalte, wie Stressoren erkennen lernen, innere Stressverstärker entdecken und Ressourcen entwickeln, um Resilienz gegen Stress zu erlangen.

Nach der Fortbildung sind Sie in der Lage, hilfreiche Strukturen zur Stressprävention in ihrer Arbeitswelt zu etablieren.

Wir vermitteln Ihnen praktisches Expertenwissen zum Thema Stress und dessen Vermeidung

Das erwartet Sie:

- Theoretische Grundlagen zu Stress und Prävention
- Eine „Gebrauchsanleitung“ für Stressanalyse mit einigen „Aha-Effekten“
- Eine angenehme Lernatmosphäre mit Abwechslung von Theorie, Praxis, Entspannung, Gruppen- und Einzelarbeit
- Ein sehr umfangreiches Skript zum Nachlesen
- Nutzung der ErgoCoaching App mit Stresspräventionselementen
- Tiergestützte Einheiten mit unseren vier Langohren zum Thema
- Gute Verpflegung und schönes Ambiente in der Eselei und im Kloster

Zielgruppen:

- Interessierte Angestellte (offenes Seminar)
- Teamleiterinnen und Teamleiter und deren Teams
- Abteilungsleiter und Abteilungsleiterinnen und ihre Abteilungen
- Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Arbeitssicherheitsbeauftragte
- Führungskräfte

max. 12 Personen

Dauer: 2 Tage

Termine nach Vereinbarung oder Teilnahme an offenen Seminaren (s. Kalender im Einleger)



Multiplikatoren- Training

Seminarinhalt und -ablauf:

Neben dem wichtigsten fachspezifischen Grundlagenwissen erfahren Sie, wie Sie das erlernte Wissen wertschätzend und didaktisch sinnvoll an ihre Arbeitskollegen und Arbeitskolleginnen weitergeben können.

Nach der Fortbildung sind Sie in der Lage mit Sorgfalt und Achtsamkeit Stressanalysetests durchzuführen und können Ihre Grenzen als Multiplikator bei anschließenden Auswertungsgesprächen gut einschätzen und kommunizieren.

Sie entwickeln ein Gespür für Offenheit und psychische Verantwortung im Miteinander. So können Sie mit Vertrauen und Sorgsamkeit hilfreiche Strukturen zur Stressprävention in Ihre Arbeitswelt bringen.

Werden Sie Stress-Scout in ihrer Arbeitswelt!



Das erwartet Sie:

- Theoretische Grundlagen zu Stress und Prävention
- Die Rolle des Multiplikators oder der Multiplikatorin für Stressprävention im Betrieb
- Wirksame Stressanalyseinstrumente
- Grundlagen der wertschätzenden Kommunikation nach Rosenberg
- Eine „Gebrauchsanleitung“ für Stressanalyse mit einigen „Aha-Effekten“
- Eine angenehme Lernatmosphäre mit Abwechslung von Theorie, Praxis, Entspannung, Gruppen- und Einzelarbeit
- Ausprobieren verschiedener Strategien zur Stresserkennung und Stressbewältigung
- Ein sehr umfangreiches Skript zum Nachlesen
- Nutzung der ErgoCoaching App mit Stresspräventionselementen
- Tiergestützte Einheiten mit unseren vier Langohren zum Thema
- Gute Verpflegung und schönes Ambiente in der Eselei und im Kloster

Zielgruppen:

- Interessierte Angestellte
- Teamleiter und Teamleiterinnen und Abteilungsleiter und Abteilungsleiterinnen
- Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Arbeitssicherheitsbeauftragte
- Betriebsräte (m/w/d) und Mitglieder des betrieblichen Gesundheitsmanagements

max. 12 Personen

Dauer: 3 Tage

Termine nach Vereinbarung
oder Teilnahme an offenen
Seminaren



Training für Führungskräfte

Seminarinhalt und -ablauf:

Sie brauchen als Führungskraft Rollenklarheit und Gelassenheit, um auf Ihre volle Kraft und Entscheidungsfähigkeit zugreifen zu können!

Der Esel erzählt sich keine Geschichten über Sie oder beurteilt Sie nach Ihrem sozialen Status oder Ihrem Äußeren. Esel kennen keine Hierarchie und können so mit dem Konzept von Gehorsam nichts anfangen. Allerdings akzeptieren sie sehr wohl Willen und Klarheit im Augenblick.

Sie erleben also ein sauberes Feedback ohne jedwede verwirrende Subbotschaft in der Kommunikation mit Ihrem Partneresel. Das bietet Ihnen die einmalige Chance, sich selbst und Ihre Wirkung wertfrei sowohl von innen als auch von außen einschätzen zu lernen.

Was macht das mit Ihnen, was ist Ihnen dabei wichtig und wo wollen Sie hin? Diese Fragen und Einiges mehr klären Sie für sich in diesem Training.

Mit dem tiergestützten Ansatz ermöglichen Sie sich einen neutralen Zugang zu Ihrer Wirkung im Raum und auf Ihr Gegenüber.

ESELEI
SCHEINFELD



Zeit,
Du zu sein

Das erwartet Sie:

- Theoretische Grundlagen zu Rollenklarheit und Gelassenheit
- Grundlagen der wertschätzenden Kommunikation nach Rosenberg
- Tiergestützte Einheiten zu Führung und Gelassenheit mit einigen „Aha-Effekten“
- Eine angenehme Lernatmosphäre mit Abwechslung von Theorie, Praxis, Entspannung, Gruppen- und Einzelarbeit
- Ausprobieren verschiedener Strategien zu Rollenklarheit, Kooperation und eigenem Standpunkt
- Umfangreiches Skript zum Nachlesen
- Tiergestützte Einheiten mit unseren vier Langohren zum Thema
- Gute Verpflegung und schönes Ambiente in der Eselei und im Kloster

Zielgruppen:

- Interessierte Angestellte
- Teamleiter und Teamleiterinnen und Abteilungsleiter und Abteilungsleiterinnen
- Führungskräfte und Firmenspitzen

max. 12 Personen

3 Tage

Termine nach Vereinbarung
oder Teilnahme an offenen
Seminaren

ZUSÄTZLICHE WÜRZE FÜR IHR SEMINAR



Resilienz

Wie kann ich in schwierigen Zeiten ruhig und gelassen bleiben, so dass ich weiterhin handlungsfähig bleibe und kreativ agieren kann? Mit den Eseln erleben Sie immer wieder, wie Sie Ihre Lieblingsstrategie loslassen müssen und dennoch mit Humor und Gelassenheit zur Lösung beitragen können.

Erfahren Sie, wie Sie mit Ihrer Energie haushalten und innerlich gefestigt sein können.

Entschleunigung und Achtsamkeit

Esel sind ruhige und vorsichtige Tiere. Sie erfordern daher einen geduldigen Umgang. Wie von selbst stärken wir in der Zusammenarbeit mit den Langohren so unsere Kompetenzen für Ruhe und Achtsamkeit.

Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg

Ein Gespräch beginnt bereits mit dem Hören. Kann ich offen sein und auch die leisen und nicht gesagten Botschaften hören oder brauche ich erst einmal selbst jemanden, der mir zuhört? Wo sind meine Grenzen? Wie kann ich für ausreichend innere Kraft für mich und dann auch Gelassenheit und Offenheit im Umgang mit anderen sorgen?

Erlebnispädagogik

Sie möchten einfach mal raus und mit Ihrem Eselpartner Neues und Spannendes erleben! Hier sind Sie richtig! Rein in den Mist, ab durch die Hecke, rauf und runter durch den Steigerwald mit den besten Weggefährten: unseren neugierigen Langohren.

Theaterpädagogik

Sie möchten einmal in eine andere Haut schlüpfen oder mit Ihrer Wirkung experimentieren? Gerne! Bühne frei für Sie und Ihre Ideen!

Kräuterpädagogik

Lassen Sie Ihre Seele baumeln und lernen Sie Neues über die Natur, die Sie umgibt. Märchenhaftes, Sagen und Nützliches gibt es über fast jede Pflanze zu berichten, der wir bei unserer Eselwanderung begegnen.





DIE ESELEI SCHEINFELD



ist ein kleiner Hof mitten in der ruhigen und wunderbar ländlichen Stadt Scheinfeld. In achtsamer Atmosphäre wird hier mit den Tieren an Ihren Themen gearbeitet.

Genießen Sie zusammen mit den Eseln viele Aha-Erlebnisse während des Seminars, sowie kleine Snacks zwischendurch am Hof der Eselei oder in der wunderschönen Natur rund um Scheinfeld.

Theoretische Einheiten finden zum Teil in den Seminarräumen des Klosters Schwarzenberg statt.

Aktuelle Seminartermine finden Sie im beiliegenden Einleger.



Kostenerstattung durch Ihre Krankenkasse

Meine Stresspräventionsmaßnahmen entsprechen den Anforderungen der gesetzlichen Krankenkassen. Die Seminare zur Stressprävention berücksichtigen die Vorgaben der zentralen Prüfstelle für Prävention und als zertifizierte Trainerin bin ich dort zugelassen. Sie können also die Teilnahmebestätigung, die Sie bei mir erhalten, bei Ihrer Krankenkasse einreichen und bekommen dann einen Teil der Kosten erstattet.



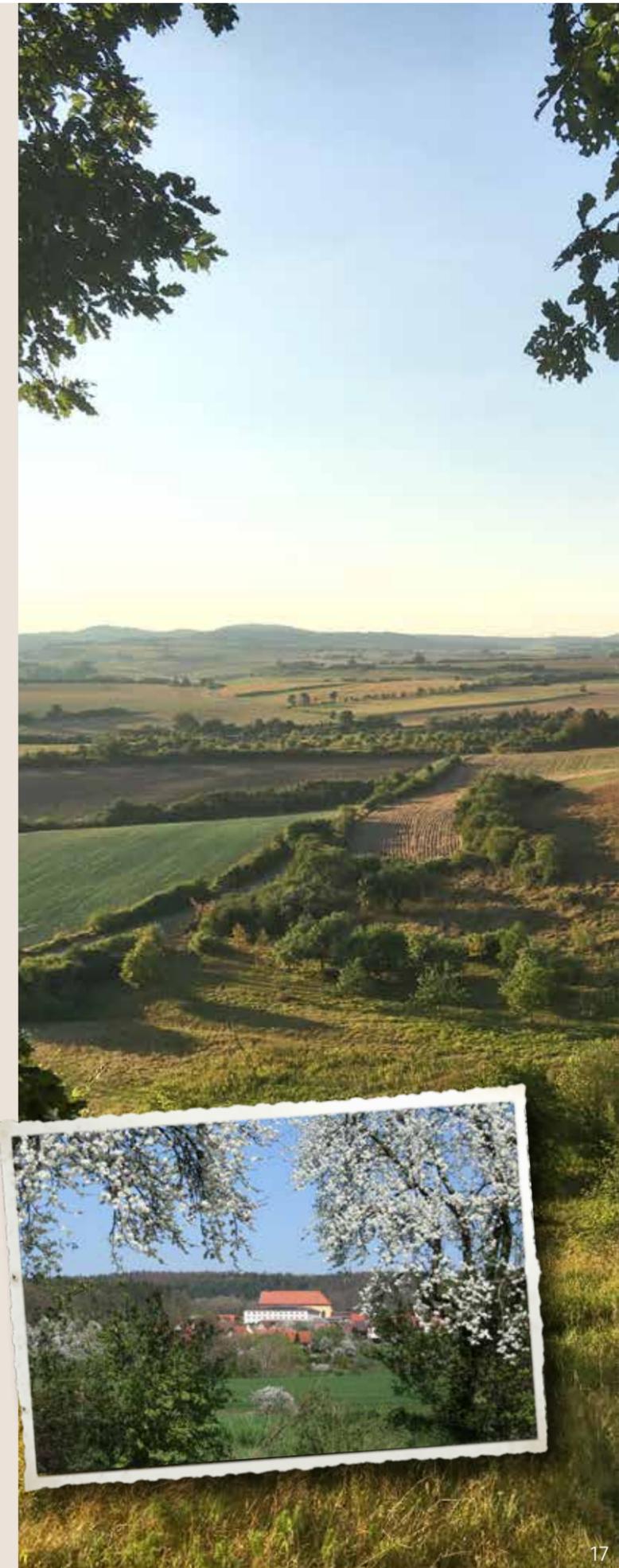
Verpflegung

Angepasst an die Seminarformate wird für kleine Speisen und Getränke gesorgt sein. Die Kosten hierfür sind im Seminarpreis inbegriffen.

Kloster Schwarzenberg / Übernachtung

Das friedliche, kleine Franziskanerkloster, in dessen Seminarräumen Teile des theoretischen Seminarprogramms stattfinden, bietet auch die Möglichkeit zur Übernachtung, die von den Teilnehmern selbst zu organisieren ist. Ich empfehle, Halbpension zu buchen.
www.kloster-schwarzenberg.de
Tel.: 09162 / 928890

Eine weitere Übernachtungsmöglichkeit besteht im Gasthof Krone-Lax, wenige Gehminuten von der Eselei.
www.gasthof-lax.de | Tel. 09162 / 546



ESELE
SCHEINFELD



Zeit,
Du zu sein

WILLST DU RECHT HABEN
ODER GLÜCKLICH SEIN?
BEIDES GEHT NICHT.

Marshall Rosenberg



...bis bald!



Für nähere Informationen,
Terminabsprachen und Kosten
nehmen Sie bitte
Kontakt auf.

Eselei Scheinfeld
Tanja Jordan
Kirchstraße 39
91443 Scheinfeld

0176 – 45 62 82 17
eselei.scheinfeld@gmail.com
www.eselei-scheinfeld.de



www.eselei-scheinfeld.de



Eselei auf  Instagram