

# ÜBUNG : 130220

- ✗ EINZELCOACHING
- TEAMBUILDING
- KLEINGRUPPEN/  
FAMILIEN



## Materialien

- 2 Pylonen oder Ringe
- Karten
- Edding

## Aufbau

Die Ringe werden vom Klient/Klientin positioniert. Ich --->>>Ziel  
K steht in das "Ich" und schaut zum "Ziel"

## Hinweise

Diese Übung ist geeignet, wenn wir nur wenig Platz zur Verfügung haben.

Hier ist eine klare Zielformulierung sehr wichtig SMART!

Nicht an den Bodenankern festhalten! Manchmal fliegt einer ganz schnell weg ;-)

- ✗ ERWACHSENE
- KINDER BIS 11 JAHREN
- ✗ JUGENDLICHE AB 12 JAHRE

## Ablauf

Der Mensch geht mit dem Pferd von I nach Z  
Führt sich in Z ein, schaut zurück zu I.

Zurück zu I und Abfrage was nötig ist, um zu Z zu kommen? Stärken, Ressourcen

In Schritte formulieren und mit den Karten als Bodenanker auslegen.

Jeden Schritt von BA zu BA gründlich abfragen und den Mensch immer wieder tief einfühlen lassen an jedem Bodenanker.

## C-Fragen

- Ressourcen und Stärken
- Motivation und Nutzen
- Erfahrungen
- Wünsche