



# DER ESEL ALS TRAININGSPARTNER

Spaß und wertvolle Erkenntnisse: Esel-Coaching als Team-Event

Er gilt als ruhig und geduldig, aber auch als dickköpfig und störrisch: der Esel. Die Schwestern Gabriele und Andrea Duchek machen sich das schwierige Gemüt der geduldigen Vierbeiner zunutze. Auf einem alten Resthof in Rullstorf bieten sie Coaching mit Eseln für Teams und Einzelpersonen an.

„Wir nutzen die Esel als Werkzeug, um zu sehen, wo in einem Team Konflikte sitzen“, erklärt Businesscoach Gabriele Duchek. Das Team bekommt verschiedene Aufgaben gestellt, die es mit den Eseln auf der Weide zu lösen gilt – das wird häufig unterschätzt. „Mit Eseln ist es nicht ganz einfach“, erklärt Gabriele Duchek. „Man muss ihnen ruhig und gelassen gegenüber treten.“ Dazu seien Eigenschaften wie Sozialkompetenz, Respekt und Selbstsicherheit von Vorteil.

Schon der Versuch eines Teams, den Esel in den Stall zu bringen, fördert nützliche Erkenntnisse zutage. „Es ist interessant, wie das Team agiert. In dieser ungewohnten Situation fallen die Personen in ihre typischen Verhaltensmuster“, erläutert die Trainerin. „Daran erkennt man die Teamstruktur.“

Businesscoach Gabriele Duchek und Theaterpädagogin Andrea Duchek beobachten das Verhalten jedes Einzelnen genau, denn hinterher wird im Team darüber gesprochen. Beobachtung und Reflexion sind elementare Bestandteile

des Coachings. Nachdem die Situation im Seminarraum besprochen wurde, geht es wieder raus auf die Weide: Nun versucht das Team, die Aufgabe erneut gemeinsam zu lösen. „Dann wissen sie, worauf sie achten müssen und was sie anders machen können. Das lässt sich auf den Alltag übertragen“, erklärt Andrea Duchek.

Das Coaching eignet sich nicht nur für Teams, in denen es unausgesprochene Konflikte gibt. Auch gut funktionierenden Teams ist das Esel-Coaching zu empfehlen: Es bringt nicht nur Spaß, sondern liefert auch nützliche Erkenntnisse für ein noch besseres Miteinander. Neben Team-Trainings wird in Rullstorf auch Esel-Coaching für Führungskräfte und Einzelpersonen sowie zur Burnout-Prävention angeboten. „Mit Eseln muss man sich zur Ruhe und Gelassenheit zwingen. Dadurch lernen die Leute runterzukommen“, weiß Trainerin Duchek.

Mit dem Esel-Coaching schlagen die Schwestern eine Brücke zwischen ihrer Liebe zu Eseln und ihrer Arbeit als Coaches. Um sich und ihre Esel auf das Coaching vorzubereiten, war extra eine Eseltrainerin aus Belgien vor Ort.

Auch wenn Esel für gewöhnlich nicht für Schnelligkeit stehen, führt ihre Hilfe dennoch schneller zum Ziel. Gabriele Duchek hat beobachtet: „Die Erkenntnisse aus dem Esel-Coaching kriegt man auch im normalen Coaching hin, aber mit den Eseln geht es viel schneller.“ (JVE)



**Duchek  
und Partner**

**Coaching  
mit tierischer  
Unterstützung**

Bahnhofstrasse 3 · 21379 Rullstorf  
Tel.: (0 41 36) 232 06 20  
Mobil: (01 72) 433 55 20  
post@eselcoaching.de · www.eselcoaching.de