

## Das HofHeimat-Team



Gesche Hugger  
Psychologin und  
Business Coach



Kröte, Nic, Cody und Passi

Weitere Informationen finden Sie auch  
unter [www.hofheimat.de](http://www.hofheimat.de)

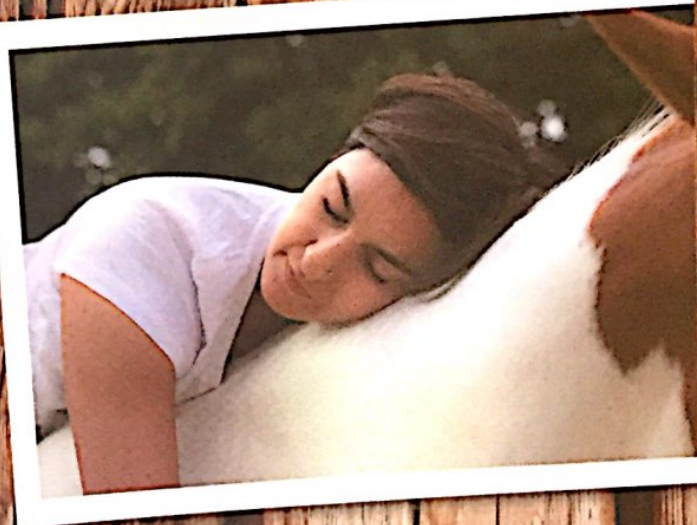
Einfach anrufen  
oder mailen und  
vorbeikommen!

HofHeimat  
Gesche Hugger  
Börsenstraße 103 d  
42657 Solingen

Fon: 0212 - 38 30 10 33  
Mobil: 0151 - 70 124 770  
E-Mail: [info@hofheimat.de](mailto:info@hofheimat.de)  
[www.hofheimat.de](http://www.hofheimat.de)



**HOF  
HEIMAT**  
coaching



## PFERDEGESTÜTZTES COACHING

Sich selbst richtig kennenzulernen ist  
eine der interessantesten Begegnungen.







## Pferdegestütztes Coaching

### Was ist das?

Pferdegestütztes Coaching ist **lösungsorientiertes** Arbeiten an der eigenen Persönlichkeitsentwicklung. Dabei unterstützen uns die kommunikations- und beziehungsstarken Pferde mit ihrem direkten und authentischen Feedback. Durch ihre klare Körpersprache spiegeln sie unsere meist unbewusste Gefühlswelt. So erfahren wir, was wirklich wichtig ist für uns.

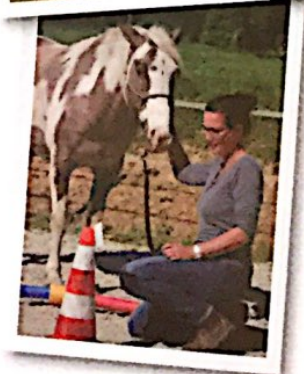
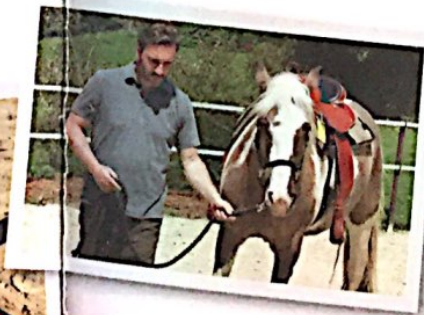
Das Arbeiten mit den Tieren findet vom Boden aus statt, somit sind keine reiterlichen Vorerfahrungen notwendig.

### Für wen ist das pferdegestützte Coaching geeignet?

Für alle, die mit professioneller Unterstützung zielorientiert an ihren Themen / Problemen arbeiten möchten.

### Mögliche Themen könnten sein:

- ... wichtige / schwierige Entscheidungen im Leben treffen
- ... Burnout / Stressmanagement
- ... Spannungsfeld Beruf-Familie
- ... mit Ängsten und Unsicherheit besser umgehen
- ... Selbstwert steigern
- ... Respekt und Klarheit erlangen
- ... und vieles mehr



## Coaching in der HofHeimat

Die HofHeimat ist eine idyllische Oase im beschaulichen Solingen-Widdert, wo wir in geschützter und ruhiger Atmosphäre weit ab vom Alltagsstress entspannt, offen und vertrauensvoll mit den Pferden in der Natur arbeiten. Eine Coachingeinheit dauert in der Regel 90 Minuten. Je nach Themenschwerpunkt kommen wir nach 4-6 Einheiten zum Ziel. Ein ausführliches und unverbindliches Erstgespräch in der HofHeimat ist selbstverständlich.

Seien Sie mutig und offen! Es stecken so viele unentdeckte Fähigkeiten und Potenziale in Ihnen, die Sie mit Unterstützung unserer vierbeinigen „Seelenspiegel“ aktivieren können.

**Ich freue mich auf Sie!**  
**Ihre Gesche Hugger**