

## Uit de paarden...

Onze levens voltrekken zich als vanzelf. Voor de een meer bewust als voor de ander. Maar al te vaak worden we meegenomen in de 'vaart van alledag' en overkomen ons dingen waarvoor we niet echt kiezen. In deze levenstrek komen momenten met dilemma's, impasses en twijfels voor waarin je heftig zoekt en soms ook heftig vindt ... een nieuwe baan, een andere partner... een andere rol of bijdrage... meer zelfvertrouwen... meer effectiviteit... ander leiderschap... anders communiceren ...

Op deze momenten willen wij graag een aanbod doen om deze vraagstukken proactief met paarden te begeleiden. In deze sessie met paarden:

1. inspiratie en energie opdoen (werkelijk contact en verbinding met jezelf),
2. verstevigen van (nieuw) bewustzijn (inzicht in wat voor je belangrijk en daarmee de moeite waard is),
3. dit betekenis geven in een wilsbesluit (verantwoordelijkheid nemen voor wat jij waardevol vindt)
4. ondernemend gedrag tonen op dit besluit (beweging in hoofd, hart en benen).

Tijdens ons leven komen we op kruispunten die ons uitdagen om keuzes te maken, nieuwe wegen in te slaan: een persoonlijke verandering, ontwikkelingen in je werk, dromen die erop wachten vervuld te worden. Een sessie met paarden buiten de dagelijkse patronen kan vernieuwende inzichten opleveren. Een reis door de eigen binnenkant door afstand te nemen van het dagdagelijkse 'hier en nu'. Door een andere omgeving te creëren, met bijzondere actie ontstaat ruimte om 'oude' beelden te vervangen en patronen te helpen doorbreken. De samenwerking met paarden is dé manier om dat te bereiken.

Het programma kenmerkt zich door de samenwerking met dieren die als geen ander het menselijk gedrag spiegelen: paarden. De directe feedback maakt bewust van gedrag en houding en biedt de mogelijkheid je (levens, leiderschaps-, communicatie-) stijl te veranderen.

Naast het werken en wandelingen in de prachtige omgeving doen we diverse oefeningen met de paarden. Oefeningen die mechanismen duidelijk maken (als jij in jezelf gelooft, vertrouwt het paard jou) en inzicht bieden in wat lichaamstaal doet en wat houding en positie doen.

Wij helpen reacties van de paarden te interpreteren en te vertalen naar de werk- en/of thuissituatie. Workshops die zowel individueel (coaching) als in groepsverband kunnen plaatsvinden. Ervaring met paarden is niet vereist.