

Resilienter durchs Leben gehen

durch praktische Erfahrungen mit Pferden

Dem Stress auf die Schliche kommen

mit der Unterstützung vom Pferd

Kommunikation und Interaktion

verfeinern durch praktische Erfahrungen mit Pferden

TAGESSEMINARE



Resilienter durchs Leben gehen

durch praktische Erfahrungen mit Pferden

„Resilient ist, wer die emotionale Stärke aufbringt, sich von Stress, Krisen und Schicksalsschlägen nicht brechen zu lassen, sondern das Beste aus jedem zu machen, daraus zu lernen und gerade durch die Leiderfahrung über sich selbst hinauszuwachsen.“

(Maehlein, 2012, S. 19)



Schatteburger Straße 52
26817 Rhaderfehn

Tel: 0152 269 543 99

info@hof-schatteburg.de
www.hof-schatteburg.de

Was ist Resilienz?

Als Resilienz kann das „seelische Immunsystem“ bzw. die psychische Widerstandsfähigkeit eines Menschen bezeichnet werden. Sie trägt damit in entscheidendem Maße zu seiner Gesundheit bei.

Leicht gesagt – aber wie können wir das in unserem Alltag umsetzen?

Wie wird man überhaupt resilient?

Wie können wir das Thema Resilienz in unsere Arbeit integrieren?

Und was hat das Pferd damit zu tun?

Das Pferd ist ein Meister der Resilienz!

Gemeinsam wollen wir uns auf Entdeckungstour begeben, uns mit diesem spannenden Thema auseinandersetzen und herausfinden, wie wir uns beim Erwerb innerer Widerstandskraft vom Pferd unterstützen lassen können.

Resilienter durchs Leben gehen

Datum: Samstag, 11. Mai 2019

Uhrzeit: 09:00-17:00 Uhr

Kosten: 150 Euro

Anmeldung bis zum 10.04.2019

HOF SCHATTEBURG ist ein Bauernhof, der in Schatteburg/Rhaderfehn gelegen ist, einem beschaulichen Bauerndorf 10 km süd- westlich von Leer.

Hier finden, neben pferdegestützten Interventionen, die Reittherapie und pferdegestütztes Coaching umfassen, Seminare zu diesen Themen statt.

Es stehen ausgebildete Therapiepferde zur Verfügung, die ebenso wie ein Esel, ihrer Art typisch, im Herdenverband in einem Offenstall untergebracht sind.

In den Pausen lädt der große Garten zum Entspannen oder die aktiv betriebene Landwirtschaft zum Erkunden ein.



Dem Stress auf die Schliche kommen

mit der Unterstützung von Pferden

„Stress ist wie ein Gewürz:

Die richtige Menge bereichert den Geschmack eines Gerichtes.

*Zu wenig lässt das Essen fade schmecken,
zu viel schnürt einem den Hals zu.“*

(Donald A. Tubesing)

Haben Sie auch den Eindruck, immer mehr Aufgaben als Zeit zu haben? Nagt der Stress an Ihnen oder bringt Sie bereits an Ihre Grenzen?

In diesem Seminar wollen wir uns mit verschiedenen Arten sowie den Auswirkungen und Folgen von Stress beschäftigen.

In der persönlichen Auseinandersetzung können wir unsere ganz individuellen Stressoren herausfinden und einen neuen Umgang damit kennenlernen.

Die Themen „Grenzen setzen“, „Erfolgreich ‚Nein‘ sagen können“ und „Innere Antreiber“ werden ebenfalls eine Rolle spielen. Zudem werden wir verschiedene Entspannungstechniken kennenlernen und ausprobieren.

Pferde sind Lebewesen, die auf den ersten Blick eine starke Ruhe ausstrahlen.

In der Beschäftigung mit den Pferden wollen wir Stressbewältigungsstrategien ausprobieren und vertiefen.



Dem Stress auf die Schliche kommen

Datum: Samstag, 15. Juni 2019

Uhrzeit: 09:00-17:00 Uhr

Kosten: 150 Euro

Anmeldung bis zum 13.05.2019

Die Dozenten



Lena Heselmeyer - Motologin (MA), staatl. anerkt. Sozialpädagogin (BA), Reittherapeutin (RAph), Weiterbildung Pferdegestütztes Coaching, Lehrbeauftragte HS Emden Leer



Tabea Köbele - staatl. anerkannte Erzieherin, Reittherapeutin(RAph), Weiterbildung Pferdegestütztes Coaching



Kommunikation und Interaktion

verfeinern durch praktische Erfahrungen mit Pferden

„Man kann nicht nicht kommunizieren.“

Paul Watzlawick

Diese Feststellung von dem berühmten Kommunikationswissenschaftler Paul Watzlawick stellt uns im Alltag und im Berufsleben immer wieder vor Herausforderungen.

In diesem Seminar wollen wir tiefer in die Themen Kommunikation und zwischenmenschliche Interaktion einsteigen. Wir beschäftigen uns mit den Grundlagen gelungener Kommunikation, verschiedenen Kommunikationsstilen, Herausforderungen und Schwierigkeiten.

Das Pferd ist ein Meister der nonverbalen Kommunikation!

Es stellt sich nicht und verhält sich immer echt und authentisch. Gemeinsam wollen wir herausfinden, wie wir selbst von dem kommunikativen Verhalten der Pferde profitieren und dieses Wissen in unsere „verbale Welt“ übertragen können. Dabei gehen wir auch der Frage nach, was unsere Körpersprache mit gelungener Kommunikation zu tun hat.



Kommunikation und Interaktion

Datum: Samstag, 31. August 2019

Uhrzeit: 09:00-17:00 Uhr

Kosten: 150 Euro

Anmeldung bis zum 31.07.2019

Weitere Infos zu allen Tagesseminaren:

Die Fortbildungen richten sich sowohl an PädagogInnen, TherapeutInnen sowie an alle Interessierten, die sich mit den jeweiligen Themen auseinandersetzen wollen.

Die Seminare sind inhaltlich so aufgebaut, dass neben theoretischen Inhalten Partner- und Gruppenübungen erfolgen sowie praktische Übungen am Pferd.

Für Getränke und Verpflegung in der Mittagspause ist gesorgt.

Die TeilnehmerInnenzahl beträgt pro Seminar 6 -10 Personen.

