



ReflAction - het paard als spiegel

Van proberen kan je leren! Maar wat als je in een situatie bent waarin je niet kan of durft te proberen? Als het gaat om samenwerken, doelen behalen of leidinggeven, dan behaal je met proberen niet altijd meteen het resultaat wat je wilt. Maar ook in de persoonlijke sfeer kan het best zijn dat je iets graag wilt, maar niet durft. Meestal heb je het niet in één keer goed en met paarden hoeft dat ook niet. Een paard spiegelt alleen in het moment zelf. Doe je het een paar minuten later anders, dan reageert het paard ook anders. Vandaar de term ReflAction: de spiegel in het moment gebruiken om het effect van jouw acties uit te proberen en bij te sturen.

Een paard is niet bezig met wat er op jouw visitekaartje hebt staan en wil verder ook niets van je. Het reageert wel op leiderschap en non-verbale communicatie, omdat het in de natuur ook zo werkt. Dit geeft je juist de mogelijkheid om door barrières heen te breken.

Coaching of in groepsverband

Deze methode is geschikt voor individuele coaching en het werken in groepen. In principe is ReflAction geschikt voor iedereen die geïnteresseerd is in zichzelf ontwikkelen. Je hoeft niets van paarden te kennen om aan ReflAction deel te nemen. Je hoeft het paard niet aan te raken als je dat niet wilt. Je moet fysiek wel in staat zijn om een uur te staan en lopen (langzaam tot gematigd tempo).

Het inhoud

Je werkt met een los paard in een afgezet gebied van 15 bij 15 meter. Met een combinatie van hulpen kan je het paard laten doen wat jij aangeeft: lopen, stoppen, van richting veranderen, versnellen. Je wordt hierbij ondersteunt door een ervaren instructeur. De manier waarop jij met het paard werkt wordt gekoppeld aan het doel.

Bijvoorbeeld: jouw doel in een persoonlijke coaching sessie, theorie over leiderschap (een tot meerdere sessies), teamdoelen, feedback op elkaar geven in een gezamenlijke sessie, assessments voor functies waarin leiderschap gewenst is.

Wat kan je er mee?

De sessies zijn verrassend en indrukwekkend. Het stelt de deelnemer in staat om op een veel snellere wijze te werken aan persoonlijke en/of zakelijke doelen. Het leren gaat gepaard met plezier, uitdaging en de kans om in het moment meteen het effect van de acties te ervaren. Wat geleerd wordt kan meteen worden toegepast in de dagelijkse praktijk.

“Een paard leerde mij in een uur meer dan therapie in jaren.”

Aldus een deelnemer.

De kosten

Kosten voor een persoonlijke sessie zijn € 100 per uur (voor particulieren vrijgesteld van BTW, voor bedrijven exclusief BTW). Een gemiddelde sessie duurt 1,5 uur. De prijs voor groepsarrangementen is afhankelijk van de inhoud en de groepsgrootte. Vraag hiervoor een vrijblijvende offerte aan.



In samenwerking met RSC Seurenheide Well.