DESARROLLO PERSONAL Asistido por caballos

"La experiencia de trabajar con caballos, ofrece una oportunidad única para detectar de forma inmediata cúales son nuestras fortalezas. Podemos entender cómo establecemos vínculos afectivos, desde dónde nos comunicamos, si estamos creando demasiadas depencencias emocionales, si nos permitimos ser nosotr@s mismos y liderar con confianza y seguridad nuestras vidas"

El Coaching con caballos es una herramienta mucho más eficaz que los métodos tradicionales, ya que al trabajar con equinos, animales eminentemente sensibles e intuitivos, nos devuelven de forma inmediata, un fiel reflejo de cómo nos encontramos en nuestra realidad.

El perfecto cócktel: emociones y caballos

La aportación básica del trabajo emocional es precisamente que ataca el problema desde el interior del individuo.

Los cambios se realizan desde dentro hacia fuera, se crea un nuevo significado gracias a buscar internamente soluciones, aquello que te ha nacido desde lo más profundo.

Cuando nos hacemos cargo y nos responsabilizamos de nuestras emociones ellas nos dirigirán hacia nuestras verdaderas necesidades. Si obviamos este trabajo emocional, mutilamos una parte importante de la persona, y no acogemos de forma integral al problema, pondremos un parche a lo que tiene vocación de ser atendido y "sanado," de manera que será susceptible de volver a reaparecer una y otra vez. "Lo que resistes persiste". Gracias a elevar a la consciencia dichas emociones, la persona puede liberarlas hasta aceptarlas, de modo que no sean un obstáculo sino una brújula donde dirigir nuestras energías.

OBJETIVOS

- Adquirir SEGURIDAD en nosotros mismos
- *Aprender a GESTIONAR las emociones
- * Saber COMUNCAR nuestras necesidades
- * LIDERAR nuestros comportamientos
- * Marcar LIMITES en nuestras relaciones personales
- * MANEJAR el estrés y la ansiedad

Dirigido a:

Personas que quieran profundizar y mejorar habilidades comunicación, gestión de emociones, reforzar la seguridad y confianza en ellos mismos.

Metodología

Sesiones individuales de coaching personal
Ejercicios con caballos pie a tierra
Grabación audiovisual de las sesiones con caballos
para posteriormente trabajar sobre ello
Feedback profesional sobre lo observado en pista



COACHING Y CABALLOS

El caballo tu "alter ego"

El caballo por su naturaleza, se organiza en manada y de forma jerárquica, necesitando de un líder al que poder seguir. Cuando nos posicionamos delante de un caballo, dejamos de tener "nombre", no conoce nuestro estatus, ni nuestros títulos. Sólo nos ve a a nosotros, detectando la incoherencia o la determinación de un cliente que ha de ganar su confianza para liderarlo. Como animal presa, está en constante alerta, habiendo desarrollado la capacidad de captar los niveles energéticos de su alrededor. Sensaciones, pensamientos y emociones son percibidas nítidamente por el equino y ante cualquier variación energética (escondida por el cliente) actuará en coherencia, mostrándose relajado, alegre, juguetón, o por el contrario, estresado, desconfiado o huidizo, dependiendo de la persona que tenga delante. De alguna manera actúa como un espejo para nosotros. Por esta razón, durante el trabajo con el caballo, aparecerán situaciones que representan la realidad cotidiana del cliente pudiendo realizar un trasvase de lo aprendido en sus vidas.

El coaching, te ayuda a priorizar, a tomar conciencia de aquello que está impidiendo alcanzar una relación de bienestar con el entorno. Se adquieren herramientas de autoconocimiento que posibilitan el manejo de situaciones estresantes, la toma de decisiones y la búsqueda de soluciones creativas. Permite explorar las opciones más saludables, y desechar aquellas que se alejan de nuestros propósitos. Capacita al individuo a entender aún más su problemática, sus aparentes bloqueos emocionales. Puede ser más consciente de sus proyecciones en la pareja, amigos o familia, estimulando de manera auténtica sus capacidades y talentos. Es una buena manera de examinar las pautas de comportamientos, patrones o conductas que ha instalado de forma automática, reprogramándolas de manera más beneficiosa.

OACHING OACHING OACHING



PRECIOS Y HORARIOS

HORARIOS: martes, miércoles, jueves y viernes de 16.30 a 18.30

Sábados y domingos: 10.30 a 14.30/ 16.30 a 18.30

Proceso de coaching de 4 sesiones. Trabajo de objetivo: Pax 220€

Precio sesión suelta: 60€ Duración. 1h.15m

Requisitos: ropa cómoda, pantalones largos

Alquiler de pistas Alquiler de caballos Dos Facilitadoras Grabación audiovisual de ejercicios

Más info: info@cye-psicologia.com o llamando al 617 35 36 74

Web oficial: www.cye-psicologia.com

*Los ejercicios se realizan con Caballos acostumbrados a tratar con humanos y seguros.No es necesario saber de caballos ni haber tenido trato anteriormente con ellos.



Psicologia

quipo multidisciplinar de psicólogos, pedagogos, logopedas, psiquiatras y coachs.
ntiende que cada uno de nosotros debe encontrar su estilo
de Liderazgo, y de Comunicación, sin renunciar a lo que somos en nuestras vidas,
en nuestros trabajos...

Que debemos hacernos CONSCIENTES de nuestros talentos y competencias para usarlos en nuestro beneficio.

Creemos en una comunicación sin barreras, sincera, creando espacios donde poder expresar, debatir, confrontar sin conflictos, basada en la VERDAD, CONFIANZA y AUTENTICIDAD Fomentamos VALORES de cohesión usando al caballo como metáfora de nuestra INTELIGENCIA EMOCIONAL, LIBERTAD, FUERZA, PRESENCIA, Y SEGURIDAD.

