

Selvudvikling mod beskæftigelse med hjælp fra heste



Hvem henvender Eagala sig til?

Dig der søger en identitet i forhold til arbejdsmarkedet. I den forbindelse kan du have en udfordring i relation til andre mennesker. Det kan være du oplever ensomhed. Eller måske føler dig styret af angst. Du kan have negative tankemønstre på nogle områder. Du kan føle et lavt selvværd og selvtillid i forskellige situationer. Nu har du lyst til at finde din vej og mod på at skabe en positiv forandring.



Alle kan deltage også uden hestekendskab. Der er ingen ridning.

Hvad læres fra heste og Eagala?

Samvær med heste vil minde om mange af de situationer du tackler i hverdagen. I kontakt til hestene vil du genkende og finde tryk ved følelser som: glæde, ro, ensomhed, kærlighed, angst, usikkerhed, tillid, omsorg, stress eller vrede. Med de situationer og følelser du genkender, skabes et læringsrum som passer til dig og din læring. Der vil være aktiviteter med hestene hvor du bliver udfordret på dine grænser og finder den strategi der virker for dig. Den læring kan overføres direkte til din hverdag og styrke dig i det du har brug for mod arbejdsmarkedet.

Hvordan foregår det?

Du kan deltager i et individuelt forløb á 1 time pr. uge eller et gruppeforløb á 2 timer pr. uge. Varighed på forløb er på 8, 16 eller 24 uger. Gruppestørrelse er på 4, 6 eller 8 deltagere.

Det foregår hos Hestenge hvor du bliver guidet ind i metoden af 2 konsulenter. I gruppeforløb er det en nænsom oplevelse, hvor der er plads og brug for alle.

Der kan arrangeres formøde før opstart af forløb.

Hvorfor hesten?

Hesten er af natur social og lever i et hierarki. Den har forskellig personlighed og temperament. Den reagerer instinktivt på de omgivelser den er i. Den er respektindgydende og det betyder dit samarbejde med én hest kan være anderledes end dit samarbejde med en anden hest. Hesten bruges fordi dens adfærd minder meget om menneskets måde at være på.

Hestenge ligger i naturskønne omgivelser med hestene på åbne områder, en hal, hytter og skov. Vi har siden 2006 brugt Eagala metoden til personlig, faglig og social kompetence udvikling. Organisationen Eagala startede i 1999 i USA og er internationalt godkendt.

Adressen er 15 km vest for Odense.
Skovsbyvej 16, 5492 Vissenbjerg.

Kontakt os på tlf. 40 36 62 17 eller 65 96 81 18.
Mail: hestenge@mail.dk

Se 5 min video om metoden på www.hestenge.dk

