



## Mein Persönlichkeits-Coach hat 4 Beine

Das Pferd als Mentaltrainer und Coach zur Persönlichkeitsentwicklung

Auf den ersten Blick beginnt heute ein normaler Seminartag, eines ist allerdings außergewöhnlich, diesmal ist der Coach 4-beinig und wiegt fast 600kg. Dieser Coach ist ein Pferd, eine hübsche Stute und heißt Fiara.

Morgens um 9 Uhr, beginnt unser gemeinsamer Seminartag.

Ich möchte heute die Erlebnisse von 2 Teilnehmerinnen schildern, von Lena und Heike. Lena arbeitet bei der Lufthansa und Heike hat eine sichere Position in einer städtischen Einrichtung.

Bei der Vorstellungsrunde sagt jede Teilnehmerin, weshalb sie den Seminartag mit Pferden gewählt hat und was sie gerne verändern möchte.

Lena, sagt, sie hätte nichts Bestimmtes, sie wollte einfach sehen, wie ihre Führungsqualitäten wären und was sie für sich mitnehmen könne. Sie hätte viel zu tun und das wäre ihre Auszeit.

Heike würde gerne wissen, warum ihr sowohl Mitarbeiter, als auch ihre Kinder nie sofort folgen würden.

Gemeinsam holen wir Fiara von der Weide und die Teilnehmer bekommen ihre erste Aufgabe.

Lenas erste Aufgabe ist eine Führübung, sie soll Fiara, ein Rechteck entlang, in der Bahn führen. ( Fiara ist dabei, im übertragenen Sinne, ihre Mitarbeiterin )

Lena schnappt sich sofort den Führstrick und läuft direkt los, besser gesagt, sie möchte loslaufen, denn Fiara lässt sich nur einen halben Schritt mitziehen, dann bleibt sie abrupt stehen. Lena stutzt und zieht noch einmal am Strick, keine Reaktion. Lena zieht etwas heftiger und wieder erfolgt keine Reaktion.

Ich frage sie, ob sie selbst eine Idee hat, weshalb Fiara nicht mitkommen möchte.

Lena schüttelt den Kopf. Nun frage ich sie, ob sie mit Fiara Kontakt aufgenommen hat, ob sie Fiara durch Blicke, Worte oder durch ihre Körpersprache signalisiert hätte, sich ihr anzuvertrauen und ihr zu folgen? Lena überlegt kurz und beantwortet dann jede meiner Fragen mit nein.

Dann frage ich sie, ob sie Fiara, stellvertretend für ihre Mitarbeiterinnen, überhaupt wirklich führen wolle? - Lena antwortet: „Ich habe über Führung überhaupt nicht nachgedacht. Sie soll einfach mitlaufen und ihren Job machen, darüber muss man doch nicht nachdenken und wieso sollte ich dann vorher Kontakt mit Fiara, bzw. mit meinen Mitarbeitern aufnehmen. Die wissen doch schon was ich will und sollen dies einfach tun.“

Wir besprechen, dass sie sich für den zweiten Versuch mehr Zeit lässt, erst mit dem Pferd Kontakt aufnimmt und Fiara durch ihre Körpersprache auffordert von alleine mitzukommen. Außerdem reden wir darüber, was es heißen könnte jemanden wirklich zu führen.

Wir einigen uns darauf, dass jemanden zu führen bedeutet, dass man demjenigen (egal ob Mensch, Pferd oder Hund) Sicherheit und Vertrauen schenkt und das man mit Führung auch Verantwortung übernimmt.

Daraus entwickeln wir eine neue Überzeugung / Glaubenssatz oder auch Zielsatz für die Übung: *Ich führe dich sicher und ruhig die ganze Bahn entlang!*

Mit diesem Gedanken läuft Lena ein zweites Mal los und wie verzaubert, geht Fiara gelassen und ruhig, die gesamte Runde hinter Lena her. Nur ein einziges Mal gibt es eine kurze Unsicherheit. In der anschließenden Reflektion sagt sie, dass das genau der Moment gewesen sei, in dem sie noch einmal kurz gedacht hätte, nun komm schon, lauf gefälligst mit.

In der anschließenden Reflektion wird Lena klar, wie ihre Körpersprache ihre Gedanken repräsentiert und so dafür sorgt, dass bei negativen Denkweisen ihre Mitarbeiter ihr nur unwillig folgen und bei wertschätzenden und positiven Gedanken ihre Mitarbeiterinnen leicht von ihr geführt werden können.

Für die Aufgabe von Heike gehen wir in den Round Pen (ein eingezäunter Kreis von 25m Durchmesser). Heikes Aufgabe besteht darin Fiara nach Anweisung, im Schritt und Trab, im Kreis herum zu treiben.

Heike beginnt mit der Kontaktaufnahme zu Fiara und treibt Fiara dann mit dem Strick in der Hand nach außen.

Fiara folgt der Aufforderung auch und geht im langsamen Schritt eine halbe Runde herum, dann bleibt sie stehen, um sich konzentriert mit einem Grasbüschel zu beschäftigen. Heike geht näher und wedelt mit dem Strick, nichts passiert, sie wedelt noch mehr, ohne eine Reaktion hervorzurufen. Fiara frisst ruhig und gelassen weiter. Heike geht noch näher, schwenkt die Arme und hüpft hoch und runter. Fiara ignoriert Heike völlig. Heike schaut mich fassungslos an und sagt, dass ist genau wie bei mir Zuhause, ich sage etwas und keiner hört zu.

Heike und ich besprechen woran das liegen könnte. Ich beschreibe Heike ihre Körpersprache, die Schultern leicht nach vorne gebeugt, der Gang eher bittend, statt bestimmt führend und der Kopf leicht schräg und gesenkt. Ich frage sie, was sie gerade gedacht hat. Heike antwortet, dass sie gar nicht an führen gedacht hätte, sie hätte sich die ganze Zeit gesagt: "Bitte lauf schon, komm bitte geh weiter, mach das jetzt".

Gemeinsam besprechen wir, dass es eine Form von Führung ist, Menschen oder Tiere zu motivieren und das es ein Ziel geben muss, damit so die Gedanken und die Körpersprache eins werden.

Heike nimmt sich als Ziel vor, Fiara eine Runde im Schritt und eine Runde im Trab herum zu treiben. Schon während Heike ihr Ziel ausspricht, verändert sich ihre Körpersprache, ihr Körper richtet sich auf und ihr Gang wird gerade. Ich rate ihr noch, den Kopf gerade zu halten und ihren Blick auf Fiara zu richten, denn auch im Blick ist Energie.

Heike geht zurück zu Fiara, die während unseres Gesprächs weiter an ihrem Grasbüschel gefressen hat. Fiara hebt den Kopf und Heike hebt ihren Arm an, um Fiara so zu signalisieren, dass sie sich bewegen soll und Fiara läuft in ruhigem Tempo los. Heike lächelt und läuft neben Fiara her, bis die erste Runde zu Ende ist, dann bewegt sie ihren Arm erneut und Fiara trabt an.

Als die zweite Runde beendet ist, weise ich Heike an, den Blick zu senken und in die Mitte zurück zugehen und im selben Moment bleibt Fiara ruhig stehen.

Heike lacht und ich frage sie, was sie gerade über sich selbst gelernt hat. Heike antwortet, dass sie bisher, wenn sie ihren Kindern oder Mitarbeitern Anweisungen gegeben hat, in Gedanken immer schon aufgegeben hatte und das sie nun weiß, dass sich ein genaues Ziel, in ihrer Körpersprache zeigt und das ihre Anweisungen dann auch wahrgenommen werden und durchgeführt werden.

Am Ende des Seminartages sind sich alle einig, Fiara, ihr Coach auf 4 Beinen, hat ihre Führungsqualitäten und ihre Körpersprache entscheidend bereichert.

Lena sagt zum Abschluss: „Noch nie war ein Seminartag so leicht, voller Freude und so informativ, danke.“

Ich danke allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern und meiner wundervollen, großartigen Fiara.



Von Karin Pätze

Für mehr Informationen und Kontakt:

[www.:KP-Business-NLP.de](http://www.:KP-Business-NLP.de)

[www.:The-Horse-Communication.com](http://www.:The-Horse-Communication.com)