

Ausbildungshandbuch Pferdegestütztes Coaching

Der Einsatz des Pferdes im Coaching



Modul 1

**Ausbildungslehrgang AHAA-Manufaktur
Autorin Michaela Oertli**

Dieses Ausbildungshandbuch enthält geschützte Informationen der AHAA-Manufaktur für die Ausbildung zum Pferdeunterstützten Coach. Sämtliche Inhalte dieses Buches sind urheberrechtlich geschützt. Dem Eigentümer dieses Buches ist die Weiterverbreitung im Sinne von Nachdruck, Vervielfältigung, Digitalisierung oder öffentliche Wiedergabe ausdrücklich untersagt und kann leider zivil- und / oder strafrechtliche Konsequenzen haben. Die Anwendung des enthaltenen Wissens ist selbstverständlich erwünscht

Die Inhalte des Buches sind von der Autorin sorgfältig erwogen und in vielen praktischen Anwendungen erprobt. Dennoch erfolgt keine Haftung oder Gewährleistung bei missbräuchlicher oder falscher Anwendung durch die Autoren. Eine Haftung für Personen-, Sach-, und Vermögensschäden ist ebenfalls ausgeschlossen.

Die AHAA-Methode ist eine geschützte und registrierte Marke. Die Verwendung ohne Genehmigung ist untersagt.

© Eigenverlag AHAA - Manufaktur, Michaela Oertli

Gestaltung: Michaela Oertli
Bildernachweis: cb Fotografie

VORWORT	3
LERNEN LEICHT GEMACHT	5
REFLEKTION FÜR EINE SICHERE PRAXISANWENDUNG	5
AHAA[®]-WISSEN	5
LERN-ICONS	5
KAPITEL 1- DIE INTEGRATION DES PFERDES IM COACHING	6
DAS PFERD IM COACHING	7
DAS ERFRAGT DAS PFERD	11
WIE DAS PFERD AUF DEN MENSCHEN REAGIERT	14
DAS EISBERGMODELL IM PFERDEUNTERSTÜTZTEN COACHING	14
DIE SPRACHE DER PFERDE IM PFERDEUNTERSTÜTZTES COACHING	18
BETEILIGTE KÖRPERTEILE	18
STAMPFEN	19
GÄHNEN	20
ENTSPANNT SEIN/ DÖSEN	21
OHREN ANLEGEN	22
ABKAUEN/ LECKEN	23
SCHÜTTELN UND SCHWEIFSCHLAGEN	24
ANREMPELN	25
HINLEGEN	26
LERNKONTROLLE KAPITEL 1	27
	27
	27
KAPITEL 2 - DAS PFERD IM EINSATZ	28
DIE WAHL DES RICHTIGEN PFERDES	30
VERANTWORTUNGSBEWUSSTER UMGANG	31
DIE HALTUNG	31
DIE FÜTTERUNG	32
BELOHNUNGEN	32
INFRASTRUKTUR	32
SICHERHEIT STEHT AN ERSTE STELLE	33
ABLAUF UND EINSATZDAUER DES PFERDES	34
ENERGIEAUSGLEICH FÜR DIE PFERDE NACH DEM COACHING	35
LERNKONTROLLE KAPITEL 2	37
KAPITEL 3 - DIE INTEGRATION DES PFERDES IM COACHING	39
DAS SETTING IM PFERDEUNTERSTÜTZTES COACHING	40
DAS COACHING-DREIECK	40
DER EINSTIEG IN EIN PFERDEUNTERSTÜTZTES COACHING	43
GRUNDÜBUNG «DIE VIER FOKUSPUNKTE»	43
DIE UNTERSCHIEDLICHEN REAKTIONEN DES PFERDES	45
LERNKONTROLLE KAPITEL 3	46
	48

Vorwort

Du bist Pferdeliebhaber:in und kennst sicherlich viele Situationen, in denen Du unbewusst realisiert hast, dass das Pferd eine Reaktion zeigt, die viel mehr mit Deinem eigenen Wohlbefinden zu tun hat als mit dem des Pferdes selbst. Wann immer Du mit einem Pferd zusammen bist, seid ihr beide in einem ständigen Austausch an Interaktion und nonverbaler Kommunikation. Es ist oftmals ein Wechselspiel. Du reagierst auf Dein Pferd, das Pferd wiederum auf Dich. Das, was Du im Beisammensein mit Deinem Pferd erlebst, ist die Grundlage, auf der das Pferdeunterstützte Coaching aufgebaut ist. Ergänzt mit dem Ansatz des Coachings, nämlich, durch das Wechseln der eigene Perspektive können Situationen, Problem und auch Verhalten nachhaltig verändert werden.

Im Pferdeunterstützten Coaching setzt der Coach das Pferd ein und arbeitet so im Zweierteam mit einem oder mehreren Kunden.

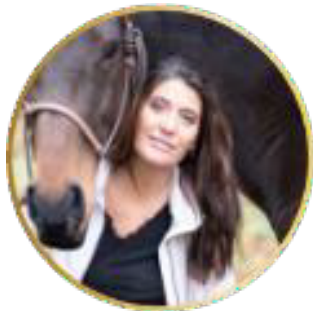
Das Pferd kann durch sein Wesen den Prozess im Coaching in vielen Bereichen sehr wertvoll unterstützen, im Wesentlichen sind es diese drei Punkte, die die Präsenz des Pferdes ausmachen:

- **Nonverbale Kommunikation:** Pferde kommunizieren hauptsächlich nonverbal und reagieren sehr sensibel auf die Körpersprache, Energie und Emotionen von Menschen. Sie spiegeln die inneren Zustände und Verhaltensweisen wider, was den Kunden dazu ermutigt, sich bewusst zu werden und das eigene Verhalten zu reflektieren.
- **Ehrliches Feedback;** Pferde sind äusserst feinfühlig und reagieren unmittelbar auf die Stimmungen und Absichten der Menschen. Sie geben unvoreingenommenes und ehrliches Feedback, ohne Urteile oder Vorurteile. Dadurch erhalten die Kunden direkt Rückmeldungen über das eigene Verhalten, die Kommunikation (nonverbal), was zu tiefer Selbsterkenntnis und Selbstreflexion führen kann.
- **Körperliche Präsenz:** Die physische Präsenz eines Pferdes kann beruhigen und tröstend wirken. Sie hilft den Kunden, sich im Hier und Jetzt zu verankern und den Fokus auf den gegenwärtigen Moment zu richten. Das Pferd kann auch als Symbol für Stärke, Freiheit oder andere persönliche Aspekte dienen, die für den Kunden relevant sind.

Alles rund um das Thema des Einsatzes des Pferdes im Coaching lernst Du in diesem Modul. Mit der Anwendung dieses Wissens ist der schonende Einsatz des Pferdes im Coaching gewährleistet. Das Wohlergehen des Pferdes, einem dem Wesen des Pferdes entsprechenden Einsatz sowie Sicherheit für Mensch und Pferd ist die Grundlage der Arbeit mit dem Pferd im Coachingsetting.

Ich lade Dich ein, das hier Gelernte für Dich zu überprüfen, Pferde selbst zu beobachten und Deine eigene Erfahrung und Wahrnehmung mit einzubringen. Wenn Du mit einem Pferd in einem Coachingsetting arbeitest, ist es unerlässlich, dass Du das Pferd kennst, Charaktereigenschaften, Erlerntes Verhalten sowie die Kommunikationssignale bewusst wahrnehmen kannst, damit Du eine gute und wertefreie Basis für die Arbeit mit Deinem Kunden als Ausgangslage schaffst.

Ich wünsche Dir viel Freude beim Lernen, Ausprobieren und in der Anwendung und bin gespannt, ob Du das eine oder andere Verhalten der Pferde vielleicht neu zuordnest.



Herzlichst!
Michaela Oertli

Leitung AHAA-Manufaktur
www.ahaamanufaktur.com

Lernen leicht gemacht

Am Ende jedes Teils wirst Du eine kleine Lernkontrolle vorfinden. Diese Fragen solltest Du für Dich beantworten können, damit Du sicher bist, dass Du alle Grundlagen des ersten Moduls verstanden hast und darauf aufbauen kannst.

Reflektion für eine sichere Praxisanwendung

Reflektiere das Gelernte und integriere neues Wissen in Deinem eigenen Umgang mit Pferden. Beobachte und ergänze Dein Wissen mit eigenen Erfahrungen.

AHAA®-Wissen

Alle Modelle Grundlagen findest Du im Ausbildungsbuch AHAA-Wissen. Hier findest Du auch ein Glossar mit allen relevanten Fachausdrücken. Das Handbuch ist Deine Basis während der Ausbildung. Behalte es immer in unmittelbarer Nähe, damit Du jederzeit nachschlagen und Dir selbst wichtige Grundlagen erklären kannst.

Lern-Icons

Damit Du Dich einfach orientieren kannst, siehst Du immer wieder diese Icons. Hier kannst Du nachlesen, was sie für eine Bedeutung haben und was Du hier tun musst.

MODUL 1

Kapitel 1- Die Integration des Pferdes im Coaching

In diesem Modul lernst Du alles zum Thema «der Einsatz des Pferdes im Pferdegestützten Coaching. Der Inhalt ist aufgeteilt in 4 Teile. Diese setzen sich wie folgt zusammen:



Dein Lernziel des Kapitel 1

- Wie das Pferd als Coach eingesetzt wird
- Wie das Pferd im Coaching eingesetzt wird
- Was die Wissenschaft über den Einsatz des Pferdes als Coach weiss
- Welche Eigenschaften das Pferd hat, damit es für diese Arbeit eingesetzt werden kann
- Was ein Pferd erfragt
- Wie das Pferd den Menschen spiegelt
- Die Sprache der Pferde

Das Pferd im Coaching

„Wie funktioniert das?“ „Wie kann ich ein Tier, welches sich stark an einer Rangordnung orientiert, als Co- Coach einsetzen?“ „Mach` ich Druck und bin dominant, gehorcht mir das Pferd doch sowieso!“

Solche und ähnliche Aussagen und Fragen hören wir immer wieder. Es geht im Pferdeunterstützten Coaching jedoch um mehr:

Wir schauen die Themen viel differenzierter an, es geht um das Prinzip Aktion / Reaktion. Pferde sind gnadenlos direkt. Ihre Reaktion erfolgt unmittelbar, ungefiltert, wertefrei und schonungslos. Spannend wird es, wenn der Mensch wiederum darauf reagiert. Hier setzt das Pferdeunterstützte Coaching an.

Pferde leben im Hier und Jetzt. Sie kennen keine Vergangenheit und keine Zukunft. Sie sind frei von jeglicher Interpretation, Verzögerung oder Vision. Es gilt nur das, was im Moment ist. Das Pferd kehrt sein Inneres stets nach aussen und ist in jeder Sekunde transparent. Dadurch sind Pferde absolut authentisch und kongruent. Ein Pferd kann sich nicht verstellen und ist frei von Argwohn und Plänen.

Oft fühlen sich Pferdebesitzer von ihren Pferden ausgetrickst. Dies ist falsch – das Pferd hat lediglich die Signale des Besitzers missverstanden und reagiert darauf.

Vertraut es dem Menschen nicht, agiert es nicht so, als ob es vertrauen würde.

Bekommt es ein dominantes Stimmkommando, nimmt aber wahr, dass der Mensch eigentlich keine Energie hat, kraftlos dasteht und keinen klaren Plan hat, läuft es weiter vor sich hin im gemütlichen Schritt oder bleibt stehen.

Für uns heisst das, dass das Bedürfnis der Pferde nach klarer Hierarchie optimal für unser Coaching ist, denn sein Gegenüber in einem Bruchteil einer Sekunde einzuteilen ist ein

natürlicher Instinkt des Pferdes. Es weiss sofort, ob es sich einordnen muss oder ob es die Aussicht auf einen höheren Rang hat – ganz im Sinne von „Wer übernimmt die Führung?“.

Die besondere Eignung des Pferdes als Partner erschliesst sich aus seinem Sozialverhalten und aus der symbolischen Bedeutung des Pferdes für den Menschen. Im Rahmen ihrer stammesgeschichtlichen Entwicklung haben Pferde einen ausgeprägten Sinn für die Eigenschaften der Persönlichkeit des Menschen und deren Ausprägungen entwickelt. Dieser feine Sinn für Schein und Sein ist eine Gabe der Pferde, die sie für uns Menschen zu einem meisterhaften Partner in der Lebensschule macht. Sie erkennen, ohne zu

zögern Unstimmigkeiten im Verhalten des Menschen und reagieren auf Inkongruenzen zwischen innerer und äusserer Haltung mit Verunsicherung.

Diese Verunsicherung führt dazu, dass sie der entsprechenden Person nicht vertrauen und ihr aufgrund dieses fehlenden Vertrauens auch nicht folgen werden. So werden in der Arbeit mit dem Pferd sehr schnell Unklarheiten und Unsicherheiten im Verhalten der Person sichtbar. Das Pferd dient als Spiegel für die eigenen Verhaltensweisen – wir erkennen, wie uns das Pferd wahrnimmt, was wir ausstrahlen, aber eben auch was unbewusst in uns vorgeht. Das Pferd zeigt uns wertefrei und ohne Kritik auf, was uns als blinder Fleck (AHAA-Wissen: Johari Fenster) oft verborgen bleibt.

Was die Wissenschaft dazu sagt

Immer mehr empirische Studien belegen die heilsame Wirkung der Interaktion mit Pferden. So wurde in einer Studie der Washington State University festgestellt, dass Kinder, die an pferdegestützten Programmen teilgenommen haben, einen deutlich geringeren Anteil an dem Stresshormon Cortisol aufweisen.

Das Stresshormon Cortisol wird durch das "Kuschelhormon" Oxytocin reduziert. Die Produktion von Oxytocin wird nicht nur durch Berührung ausgelöst, sondern auch durch eine starke Fokussierung auf andere Lebewesen. Oxytocin hemmt den Kampf-Flucht-Modus, ermutigt soziale Risiken einzugehen, fördert die gegenseitige Unterstützung und erleichtert das Lernen. Der Umgang mit Pferden und die damit verbundene Oxytocin Ausschüttung steigert unser Wohlbefinden und erzeugt manchmal mystische Gefühle von Verbindung mit allem Leben.

Diese Eigenschaften machen das Pferd aus

Das Pferd ist ein Herden- und Fluchttier, was es besonders gut für die Interaktion im Pferdegestützten Coaching geeignet macht. Hier sind einige Gründe dafür:

Sensibilität für soziale Interaktion: Als Herdentier ist das Pferd von Natur aus darauf ausgerichtet, in sozialen Gruppen zu leben und mit anderen Pferden zu interagieren. Es entwickelt daher eine hohe Sensibilität für soziale Dynamiken und kommuniziert mit anderen Pferden über nonverbale Signale und Körpersprache.

Pferde sind sensibel für die Emotionen anderer Pferde in der Herde. Sie können Veränderungen im Energielevel, Angst, Unsicherheit oder Entspannung wahrnehmen. Wenn ein Mensch mit einem Pferd interagiert, spiegelt das Pferd oft die Emotionen und den energetischen Zustand der Person wider

Als Fluchttier hat das Pferd einen ausgeprägten Instinkt zur Selbsterhaltung und ist darauf bedacht, potenzielle Gefahren wahrzunehmen und ihnen auszuweichen.

In einer Pferdeherde gibt es eine klare Rangordnung und eine Führungspersönlichkeit, die den Ton angibt. Das Pferd ist darauf programmiert, einem starken, klaren Anführer zu folgen und sich so in Sicherheit zu wägen.



- Flucht- und Herdentier
- Rangorientiert, Bedürfnis nach Sicherheit
- Wahrnehmen von Emotionen, soziale Dynamiken
- Meister der nonverbalen Kommunikation
- Wertefrei fehlen von Vorwissen
- Empathie und Intuition
- Herdentier-Mentalität

Natürliche Instinkte

Es sind jedoch noch andere Eigenschaften, die das Pferd so wertvoll im Coaching machen:

Pferde sind Tiere, die hauptsächlich von ihren natürlichen Instinkten geleitet werden. Sie haben keine kulturellen oder gesellschaftlichen Vorurteile und Bewertungen. Pferde beurteilen andere Lebewesen nicht aufgrund von Äußerlichkeiten, sozialem Status, Beruf oder anderen Faktoren, die von Menschen als wertend angesehen werden könnten. Sie reagieren vielmehr auf die Energie, Körpersprache und den Verhaltensausdruck einer Person.

Pferde kommunizieren hauptsächlich nonverbal. Sie sind äußerst sensibel für subtile Veränderungen in der Körperhaltung, der Mimik und der Energie eines Menschen. Sie reagieren auf das, was sie im gegenüberliegenden Menschen wahrnehmen, ohne dies mit menschlichen Werturteilen zu verbinden. Das ermöglicht eine ehrliche und authentische Kommunikationsebene, frei von Vorurteilen und Beurteilungen.

Pferde haben keine Informationen über die Vergangenheit, den Hintergrund oder die Erfahrungen einer Person. Sie begegnen jedem Menschen auf der Grundlage dessen, was sie in der aktuellen Interaktion wahrnehmen. Dadurch werden sie nicht von Vorurteilen oder Vorannahmen beeinflusst und bewerten Menschen nicht aufgrund ihres bisherigen Verhaltens oder ihrer Geschichte.

Empathie und Intuition: Pferde haben eine natürliche Empathie und eine feine Intuition. Sie können die Emotionen und den energetischen Zustand eines Menschen wahrnehmen und darauf reagieren. Ihre Reaktionen basieren jedoch nicht auf Bewertungen oder Urteilen, sondern dienen eher als Spiegel, um dem Menschen bewusst zu machen, wie er sich fühlt und wie seine Energie auf andere wirkt.

Herdentier-Mentalität: Pferde sind Herdentiere und haben eine starke soziale Bindung zu anderen Pferden. In einer Herde ist Zusammenarbeit und gegenseitige Unterstützung entscheidend für das Überleben und Wohlergehen aller Mitglieder. Daher haben Pferde ein natürliches Bedürfnis, harmonisch und kooperativ zu interagieren, anstatt andere zu beurteilen oder zu verurteilen.

Das erfragt das Pferd

Pferde lesen Menschen auf verschiedene Weisen. Hier sind einige Aspekte, wie Pferde Menschen wahrnehmen und interpretieren:

Körpersprache: Pferde sind äußerst sensibel für die Körpersprache von Menschen. Sie registrieren feinste Veränderungen in der Haltung, Gestik und Ausdruck des Körpers. Eine aufrechte und selbstbewusste Körperhaltung kann Vertrauen und Respekt vermitteln, während eine ängstliche oder unsichere Körperhaltung das Pferd vorsichtig machen kann. Pferde reagieren auf diese nonverbalen Signale und passen ihr Verhalten entsprechend an.

Energie und Emotionen: Pferde sind in der Lage, die Energie und Emotionen eines Menschen wahrzunehmen. Sie spüren, ob jemand entspannt, ängstlich, gestresst oder fröhlich ist. Pferde sind besonders empfindlich für Authentizität und können Unstimmigkeiten zwischen verbal ausgedrückten Emotionen und tatsächlichem innerem Zustand erkennen. Sie reagieren auf diese Energie, indem sie sich entweder entspannen oder vorsichtiger werden.

Präsenz und Achtsamkeit: Pferde haben eine bemerkenswerte Fähigkeit, die Präsenz und Achtsamkeit einer Person wahrzunehmen. Sie reagieren auf die Aufmerksamkeit, die ihnen entgegengebracht wird, und spüren, ob jemand im Moment präsent ist oder abgelenkt ist. Wenn jemand vollständig im Hier und Jetzt ist, können Pferde eine tiefere Verbindung herstellen und eine positivere Reaktion zeigen.

Stimmung und Ausstrahlung: Pferde nehmen die allgemeine Stimmung und Ausstrahlung einer Person wahr. Ob jemand glücklich, traurig, gestresst oder ruhig ist, wird vom Pferd intuitiv erfasst. Ihre Reaktionen können von einem sanften Annähern und Interesse bis hin zu Distanz oder erhöhter Wachsamkeit reichen.

Authentizität und Klarheit: Pferde haben eine außergewöhnliche Fähigkeit, die Authentizität und Klarheit einer Person zu erkennen. Sie reagieren positiv auf Menschen, die ehrlich, klar und respektvoll sind. Sie spüren auch, ob jemand im Einklang mit sich selbst ist oder versucht, etwas vorzutäuschen. Pferde reagieren auf diese innere Aufrichtigkeit und bieten eine ehrliche und authentische Interaktion.

Die Wahrnehmung der Pferde basiert auf Instinkt, Erfahrung und ihrer natürlichen Fähigkeit, die Umgebung um sie herum zu lesen. Durch ihre feine Wahrnehmung und Interpretation von Körpersprache, Energie und Stimmung können Pferde wertvolle Hinweise geben.

Merke Dir diese vier Fragen:

Zusammengefasst, für Deine Arbeit mit dem Pferd ist es wichtig, dass Du Dir diese vier Fragen merkst. Denn sie beinhalten alle Aspekte, die Pferde erfragen, wenn sich einem Menschen in einer Interaktion anschliessen sollen:



Als Herdentier erfragt das Pferd bei jedem Kontakt:	
✓ Bist Du klar?	✓ Bist Du authentisch?
✓ Bietest Du mir Sicherheit?	✓ Kann ich Dir vertrauen?

Abbildung 1 - Das erfragt das Pferd¹

ÜBUNG PFERDEBEGEGNUNG



Übe mit einem Pferd. Was erfragt hier das Pferd. Beschreibe eine Situation und erkläre genau, was es in dieser Situation erfragt hat und wie Deine Reaktion darauf war:

Wie das Pferd auf den Menschen reagiert

Als Flucht- und Herdentiere sind Pferde mit einer hoch sensiblen Wahrnehmung ausgestattet und verfügen über ein vielschichtiges Kommunikationssystem. Verhaltensweisen wie Gähnen, Dösen, Spielen oder Wälzen werden übertragen und synchronisiert.

Diese Stimmungsübertragungen erlauben dem Pferd auch, Absichten und Gefühle seines Gegenübers aufzunehmen. Für ein wehrloses Fluchttier ist es überlebenswichtig, den andern in Sekundenschnelle einzuteilen:

„Muss ich rennen, droht Gefahr?“ oder „Bietest Du mir Sicherheit?“

Mit dieser Fähigkeit registrieren sie auch uns in allen Facetten: unsere Körpersprache, Tonlage, Mimik, Gesten, Muskelspannung, Atmung usw... Im Sinne ihres Überlebens schätzen sie die Situation unverzüglich als bedrohlich oder freundlich ein. Sie reagieren mit Annäherung oder Rückzug, Vertrauen oder Skepsis, Akzeptanz oder Ablehnung. Ihre Antwort ist immer direkt, kompromisslos und instinktiv.

Das Eisbergmodell im Pferdeunterstützten Coaching

Um zu veranschaulichen, wie das Pferd auf den Menschen reagiert arbeiten wir mit dem Eisbergmodell (AHAA-Wissen: Siehe Eisbergmodell).

Damit Du das Pferd im Coaching einsetzen kannst, muss Dir klar sein, wie das Pferd auf den Menschen reagiert. Das lässt sich anhand der folgenden Grafik sehr gut aufzeichnen:

Das Pferd nimmt sein Gegenüber immer auf der Beziehungsebene wahr

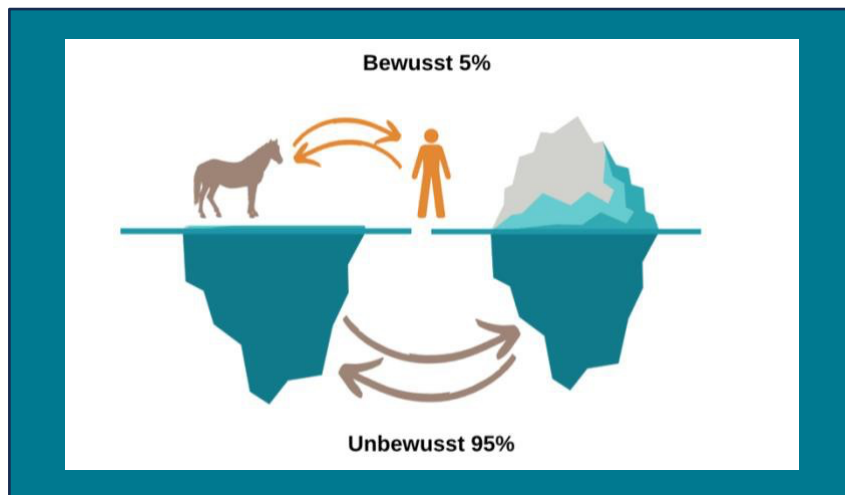


Abbildung 2 - Das Eisbergmodell beim Pferd²

² Michaela Oertli

Das Pferd reagiert immer unmittelbar auf das Gegenüber. (AHAA-Wissen: Spiegelneuronen). Die Reaktion des Pferdes ist primär also einfach eine Spiegelung auf Nonverbales, Unbewusstes beim Menschen.

Abbildung 3 - Konfrontation von Mensch und Pferd im Eisbergmodell³



Wenn ein Pferd **eine Diskrepanz** zwischen dem bewussten und **unbewussten Verhalten** eines Menschen wahrnimmt, kann es verschiedene Reaktionen zeigen. **Hier sind einige mögliche Reaktionen:**

Verwirrung oder Unsicherheit: Wenn das Pferd spürt, dass die verbale Kommunikation oder die ausgedrückten Emotionen einer Person nicht mit ihrer tatsächlichen Energie oder Körpersprache übereinstimmen, kann es verwirrt oder unsicher werden. Das Pferd kann diese Diskrepanz als ein Zeichen für Unehrlichkeit oder Unsicherheit interpretieren und möglicherweise vorsichtiger oder zurückhaltender reagieren.

Zurückhaltung oder Distanzierung: Ein Pferd kann sich zurückziehen oder Distanz zu einer Person halten, wenn es eine Diskrepanz zwischen dem bewussten und unbewussten Verhalten wahrnimmt. Es könnte eine gewisse Vorsicht zeigen und möglicherweise nicht sofort auf die Person zugehen. Das Pferd kann eine gewisse Distanz wahren, bis es ein stimmiges Verhalten wahrnimmt oder bis es sich sicher genug fühlt, um näher zu kommen.

³ Michaela Oertli

Spiegelung der Inkongruenz: Pferde haben oft die Fähigkeit, innere Zustände von Menschen zu spiegeln. Wenn sie eine Diskrepanz zwischen dem bewussten und unbewussten Verhalten einer Person wahrnehmen, können sie dies durch ihr eigenes Verhalten widerspiegeln. Das Pferd könnte ängstlicher oder unruhiger werden, um die inneren Spannungen oder Inkongruenzen widerzuspiegeln, die es in der Person wahrnimmt.

Vertrauensverlust: Wenn das Pferd eine Diskrepanz zwischen dem bewussten und unbewussten Verhalten einer Person spürt, kann dies zu einem Vertrauensverlust führen. Pferde sind darauf angewiesen, dass ihre Umgebung konsistent und verlässlich ist. Wenn sie das Gefühl haben, dass eine Person nicht authentisch oder vertrauenswürdig ist, kann sich dies negativ auf ihre Beziehung und Interaktion auswirken.

Es ist wichtig zu beachten, dass die Reaktionen eines Pferdes auf eine Diskrepanz zwischen dem bewussten und unbewussten Verhalten eines Menschen individuell sein können. Jedes Pferd hat seine eigene Persönlichkeit und Erfahrung, die seine Reaktionen beeinflussen können. Es liegt in der Verantwortung des Coaches, die Reaktionen des Pferdes zu beobachten und zu interpretieren, um so dem Kunden die Möglichkeit zu geben, sich selbst zu reflektieren. Fehlinterpretationen und Nichtwissen des Coaches kann grosse Verwirrung beim Kunden auslösen. Aus diesem Grund ist es umso wichtiger, die Kommunikation und die Grundlagen in der Pferd Mensch Beziehung wirklich zu verstehen.



ÜBUNG FÜR DICH:

Erkläre in eigenen Worten, wie das Pferd auf den Menschen reagiert und wann mögliche Diskrepanzen von Bewusstem und Unbewussten vorhanden sein können:

Die Sprache der Pferde im Pferdeunterstütztes Coaching

Beteiligte Körperteile

Die Körperregionen auf die wir als Coach achten, sind in der folgenden Abbildung grau schraffiert. Vor allem nutzt das Pferd den Kopf und Halsregion sowie die Mimik, um sich auszudrücken. Jedoch sind die Bewegung der Beine und des Schweifes sowie die Positionierung des gesamten Pferdes im Verhältnis zum Menschen im Coaching mindestens genauso wichtig.

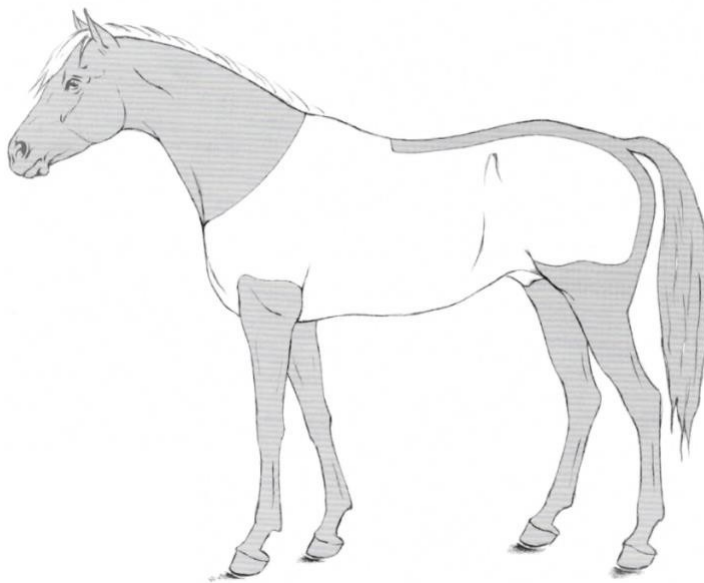


Abbildung 4 -Hauptsächlich beteiligte Körperteile (graue Rasterung)⁴

⁴ Lexikon der Pferdesprache, Neugebauer

Stampfen

Stampft ein Pferd mit dem Huf, zeigt es damit Ungeduld oder Unwohlsein. Im Kontext zum Coaching kann es aufzeigen, dass sich die Person genervt oder gelangweilt fühlt. Es kann auch ein Zeichen von inneren Spannungen sein und zeigen, dass sich die Person unwohl fühlt und aus der Situation treten möchte.

Mögliche Fragen

- Wie geht es Dir gerade?
- Was könnte die Reaktion des Pferdes mit Deiner aktuellen Befindlichkeit zu tun haben?

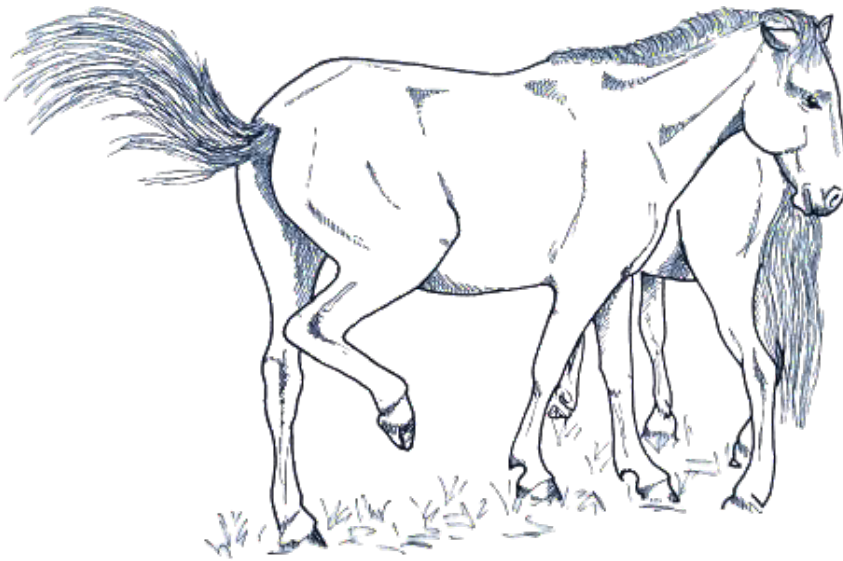


Abbildung 5 - Stampfen⁵

⁵ Pferde unter sich, Angela Glatthaar

Gähnen

Dieses reflexartige Verhalten zeigen Pferde aus zwei Gründen. Müdigkeit, bzw. als Einleitung einer Entspannungsphase oder als Übersprungshandlung, wenn das Pferd bestimmten unangenehme Umstände nicht ändern bzw. nicht flüchten kann.

Im Coaching erleben wir beide Gründe, wobei sie aus dem Kontext heraus oder aus der Verbindung mit Leckbewegungen meist leicht voneinander unterschieden werden können.

Trägt der Mensch einen starken Druck oder inneren Konflikt in sich, wird das Pferd, sobald sich die Gedanken oder Gespräche diesem nähern, reflexartig beginnen zu gähnen um den Druck «abzubauen» da für ihn die Situation unangenehm ist. Dieses Gähnen ist ein sicherer Indikator für den Coach, dass sich die Fragestellung in die richtige Richtung bewegt.

Mögliche Fragen

- Was verändert sich gerade in deiner Wahrnehmung?
- Kannst du Spannungen oder Druck in dir fühlen?



Abbildung 6 – Gähnen⁶

⁶ Pferde unter sich, Angela Glatthaar

Entspannt sein/ dösen

Beim Dösen steht ein Pferd völlig in Ruhe. Kopf und Hals werden niedriger als der Widerrist gehalten und die Ohren sind seitlich und leicht nach hinten gestellt, die Augen sind halb oder ganz geschlossen und häufig hängt die Unterlippe. Um sie Hinterhand zu entlasten, wird abwechselnd ein Hinterbein abgewinkelt. Bei männlichen Pferden kann außerdem das Glied vorfallen.

Pferde dösen im Coachingkontext nur dann, wenn es keinen Konflikt zwischen Gedanken und Gefühlen des nahen stehenden Menschen gibt. Dieser Zustand kann während der Schilderung von Trauer genauso entstehen wie bei einer völligen Zufriedenheit. Das Pferd wird so lange dösen, solange das geschilderte Gefühl authentisch ist. Oft wird das Dösen schnell unterbrochen so bald im Kunden Zweifel oder Widersprüche aufkommen.

Mögliche Fragen

- Wie fühlt es sich an, wenn alles so entspannt ist?
- Wenn Du das Pferd anschaust, was nimmst Du wahr?

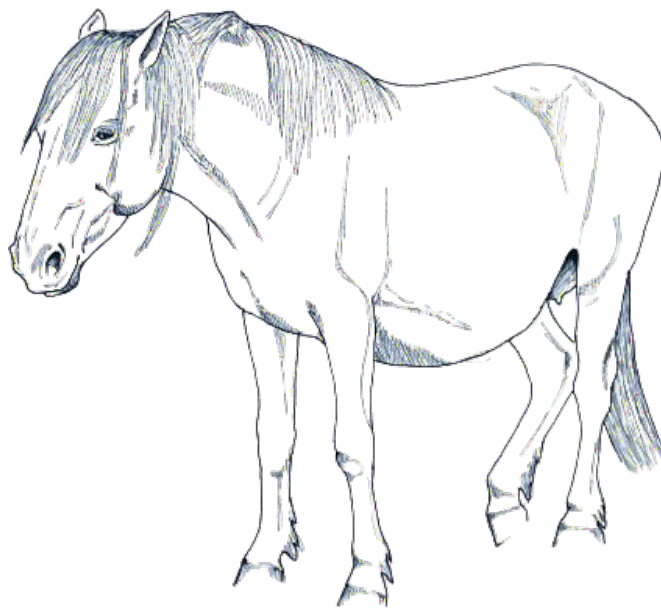


Abbildung 7 - Entspannt sein/ dösen⁷

⁷ Pferde unter sich, Angela Glatthaar

Ohren anlegen

Stark nach hinten an den Hals gepresste Ohren sind ein Zeichen dafür, dass sich das Pferd unwohl und starke Anspannungen fühlt. Oft bedeutet das im Coachingkontext, dass der Kunde stark angespannt ist und sich vermutlich sehr unwohl fühlt.

Mögliche Fragen?

- Kannst Du die Spannung im Pferd wahrnehmen? Was könnte das mit Dir zu tun haben?
- Wo kannst Du gerade auch so fühlen?



Abbildung 8 - Ohren anlegen⁸

⁸ Pferde unter sich, Angela Glatthaar

Abkauen/ lecken

Das Abkauen oder Ablecken hat, ebenso wie das Gähnen teilweise widersprüchliche Bedeutungen und sollten immer im Kontext beobachtet werden.

Am häufigsten tritt diese Verhaltensweise im Coachingkontext in Verbindung mit einer Kopf-Tiefhaltung oder manchmal sogar in Verbindung mit Schauben auf. So sind sie als Zeichen der Zufriedenheit zu verstehen und treten häufig als Entspannungsreaktion nach Stresssituationen auf. Es zeigt an, dass eine authentische Linderung des empfundenen Drucks entstanden ist.

Kaubewegungen, die nicht in Verbindung mit den oben genannten Begleitverhaltensweisen einher gehen, können auch ein Ausdruck des Unbehagens sein. Sie gehen hier einen Schritt weiter als die oben genannte Ausdrucksweise von Unbehagen durch Gähnen. Ein Pferd das volle Unbehagen abkaut empfindet für sich eine starke Not einer Situation nicht entkommen zu können. Dieses Verhalten zeigt dem Coach deutlich die Nähe zum Kernthema auf.

Mögliche Fragen

- Was verändert sich in deiner Wahrnehmung?
- Kannst du beschreiben was gerade in dir vorgeht?



Abbildung 9 - Leck-und Kaubewegungen⁹

⁹ Pferde unter sich, Angela Glatthaar

Schütteln und Schweifschlagen

Das Schütteln erfolgt in der Natur häufig als Komfortverhalten und zur Haut- und Fellpflege. Im Coaching ist aber das Schütteln als Übersprungshandlung häufiger vertreten. Pferde zeigen dieses Verhalten in konfliktbeladenen Situationen.

Auch das Schweifschlagen zeugt in der Zusammenarbeit mit Menschen von Unwohlsein. Gerade im Sommer muss der Coach differenzieren, ob es sich bei dem Verhalten um die Abwehr von Fliegen oder innerlicher Konflikte des Kunden handelt.

Mögliche Fragen

- Was beschäftigt Dich gerade?
- Was geht Dir durch den Kopf?

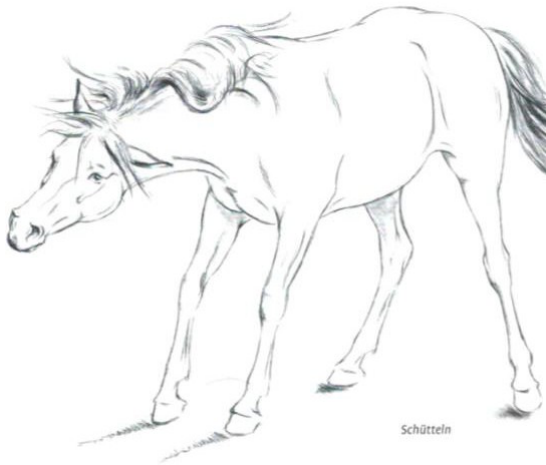


Abbildung 10 - Schütteln und Schweifschlagen¹⁰

¹⁰ Pferde unter sich, Angela Glatthaar

Anrempeln

Anrempeln wird innerhalb der Art oft im Spiel verwendet und kann als Dominanzverhalten verstanden werden. Wenn ein Mensch seine Führungsaufgabe nicht wahrnimmt oder sich unterordnet, wird das Pferd beginnen zu schubsen oder zu drängeln. Das Anrempeln im Coachingkontext erfolgt in der Regel mit der Nase des Pferdes, dem Kopf oder mit der Schulter. Stark ausgeprägt zeigt es sich bei Personen, die von Beginn an nicht bereit sind, Führung zu übernehmen, denen eine klare Intention fehlt und die sich nicht für sich einsetzen können oder wollen.

In schwächerer Ausprägung taucht dieses Verhalten häufig dann auf, wenn der Kunde im Coachingablauf zögert. Überdurchschnittlich oft schubst das Pferd, wenn der Kunde schon eine Lösung gefunden hat, aber noch nicht bereit ist sie anzunehmen.

Mögliche Fragen

- Gibt es eine Lösung für Dich, welche du noch nicht annehmen möchtest?
- Wobei hast Du noch keine Klarheit?

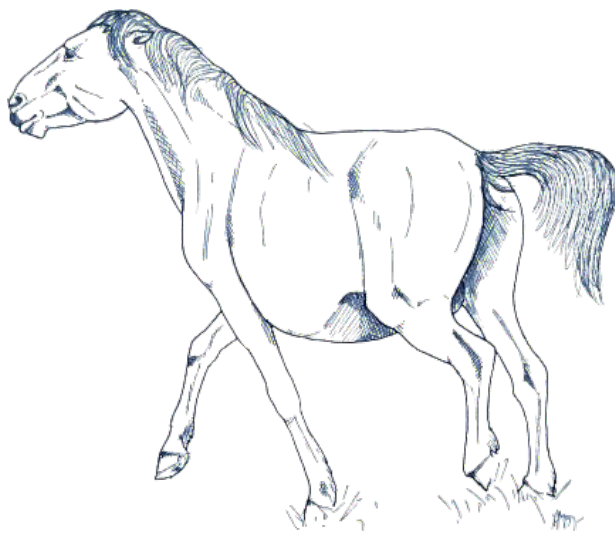


Abbildung 11 - Anrempeln¹¹

¹¹ Pferde unter sich, Angela Glatthaar

Hinlegen

Zum Hinlegen muss sich das Pferd absolut sicher fühlen. Das ist einerseits ein großer Vertrauensbeweis, tritt im Coachingkontext aber vor allem dann auf, wenn das Pferd die Rolle des Menschen als so kraftlos empfindet, dass keine Gefahr von ihm ausgeht und aufmerksamer Respekt daher auch nicht nötig ist. Das klingt erstmal unerfreulich, ist aber im Coaching oft ein Wendepunkt. Der Kunde erkennt in dem liegenden Pferd beispielsweise seine eigene Schwere, Trauer, Erschöpfung oder Handlungsunfähigkeit.

Mögliche Fragen

- Wie geht es Dir?
- Wie fühlt sich das für Dich an?



Abbildung 12 - Hinlegen¹²

¹² Pferde unter sich, Angela Glatthaar

Kapitel 2 - Das Pferd im Einsatz

Damit das Pferd professionell im Coaching eingesetzt werden kann, müssen einige Grundlagen gewährleistet sein.

In diesem Modul lernst Du alles zu diesen Themen:



- Wahl des Pferdes
- Ausbildung, Haltung des Pferdes
- Ablauf und Dauer Einsatz des Pferdes

Rückblick und Reaktivierung für Dich



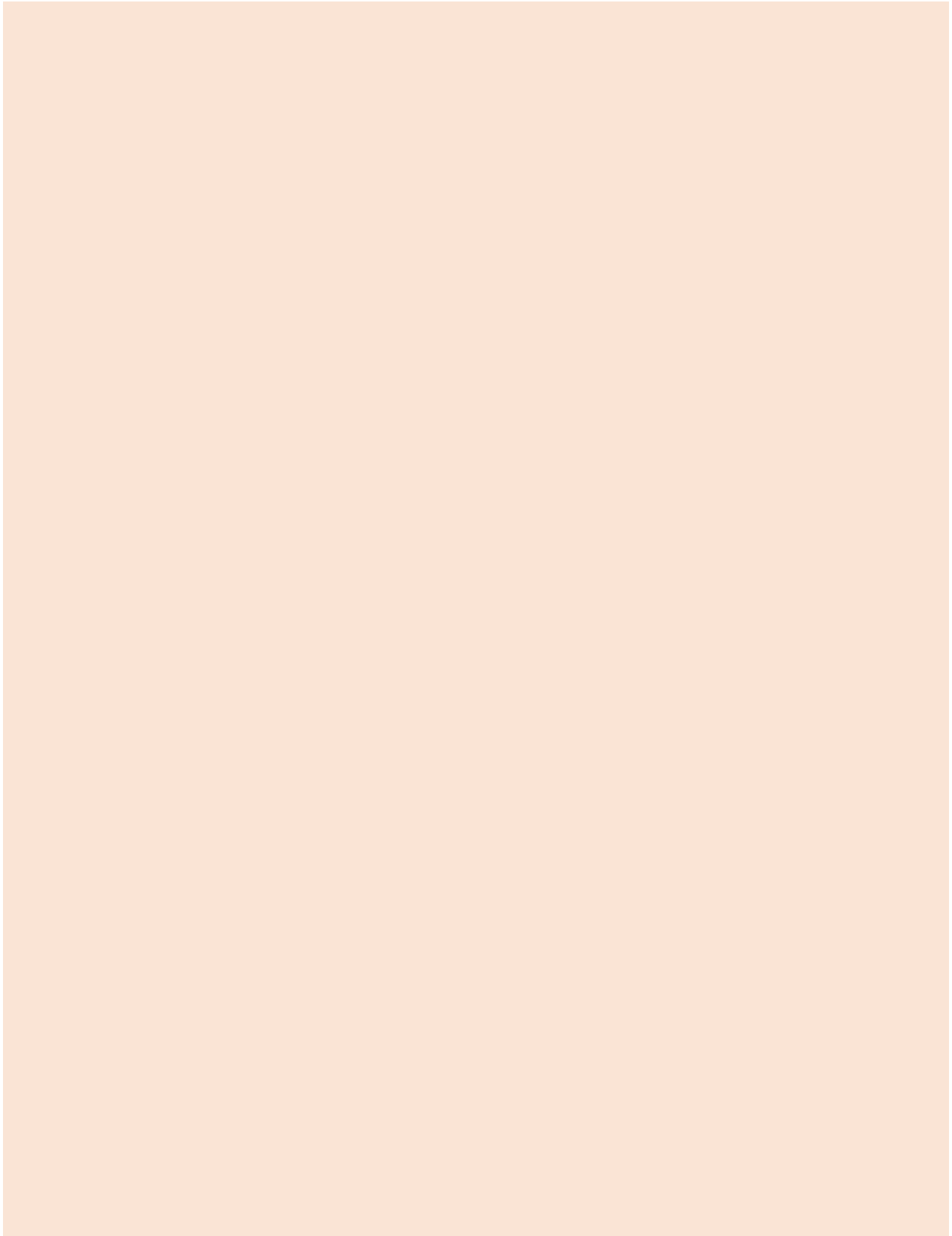
Du hast Wissen darüber integriert, wie das Pferd auf den Mensch Zusammenhang mit dem Coaching beobachten. Kannst Du hier nochmals kurz aufzählen, welche Merkmale wir beim Pferd in der Arbeit des Pferdegestützten Coachings so schätzen, weil sie einfach natürlich vorhanden sind:

Beschreibe drei verschiedene Kommunikationssignale in einer möglichen Interaktion mit dem Kunden. Z.B.: Wenn beim Kunden Stress bewusst wird, beginnt das Pferd oft an zu gähnen.

1.

2.

Mit der Kurz- Zusammenfassung konntest Du dein Wissen etwas auffrischen. Jetzt bist Du an der Reihe! Schreibe dir drei Dinge auf, die Dir aus dem ersten Teil des Moduls geblieben sind.



Die Wahl des richtigen Pferdes

Wer ein Pferd für ein Coaching einsetzt, hat eine grosse Verantwortung dem Pferd gegenüber. Das Wohl des Pferdes steht stets an aller erster Stelle. Wir legen in der Ausbildung grossen Wert auf die Freiwilligkeit des Pferdes. Es geht darum, dem Pferd wann immer möglich die Wahl zu lassen.

Grundsätzlich ist jedes Pferd geeignet, um im Coaching eingesetzt zu werden. Dabei wird folgendes vorausgesetzt:

- körperlich und mental gesund
- hat keine Schmerzen, Verletzungen oder Gebrechen
- ist ausgeglichen und hat einen angenehmen Charakter
- hat eine gute Grundausbildung am Boden
- ist desensibilisiert, kennt Blachen, Farben, Schirme, Bälle etc.
- hat genügend Sozialkontakt
- bekommt Abwechslung in einem ausgeglichenen Pferdealltag
- hat Sozial- und idealerweise Herdenkontakt

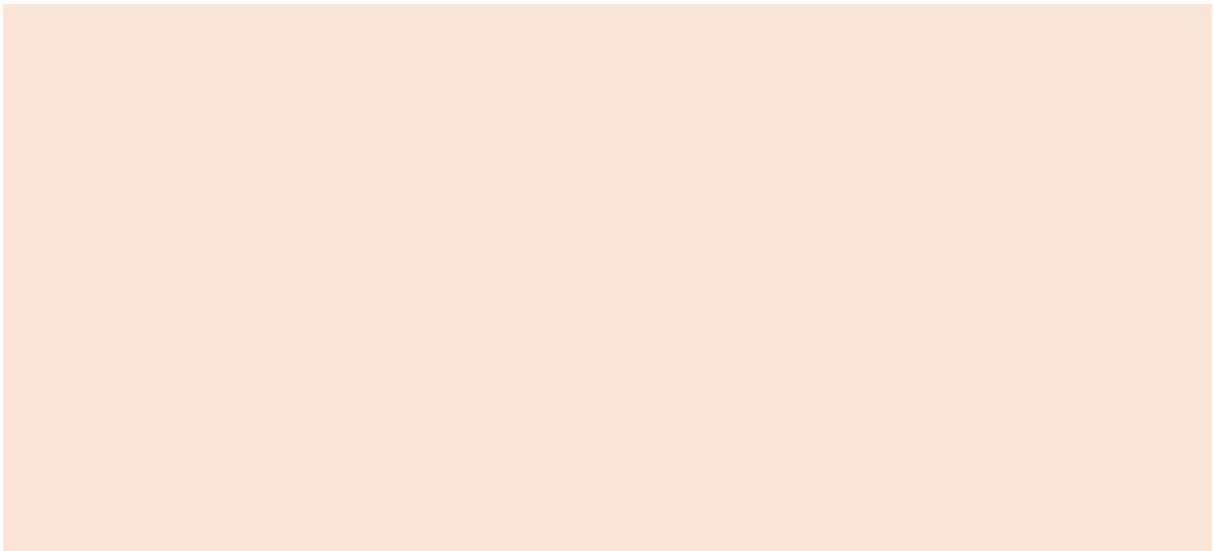
Das sollte das Coaching-Pferd können

Grundsätzlich kann jedes Pferd für das Coaching eingesetzt werden, wenn es eine gute Grundausbildung genossen hat, sozial verträglich ist und den respektvollen Umgang mit Menschen und Artgenossen kennt. Die physische und physischer Gesundheit ist ebenso sehr wichtig. Folgende Kriterien sind ausserdem wichtig:

- Offen zu fremden Menschen sein
- Sich von fremden Menschen anfassen lassen
- „Umarmung zulassen“
- Sich von beiden Seiten führen lassen
- Mitgehen auch ohne Strick
- Sich frei und in einem begrenzten Raum bewegen können
- Rückwärtstreten mit geringer Aufforderung
- Über Blachen, Stangen etc. laufen
- Sich nicht erschrecken, wenn Bälle geworfen werden, Schirme aufgehen oder jemand sich schnell bewegt
- Freies Longieren im Round – Pen



Reflektiere weshalb sind diese Eigenschaften eines Pferdes für den Einsatz im Coaching unerlässlich?



Verantwortungsbewusster Umgang

Die Freiwilligkeit des Pferdes ist das A und O. Wenn wir wollen, dass unsere Pferde Freude an dieser Arbeit und den Einsätzen haben, dann ist ein verantwortungsbewusster Umgang unser Grundbaustein. Mache Dir hier auch die Werte bewusst, die für den Einsatz gelten. Wie oft kannst Du Dein Pferd einsetzen?

- Bei welchen Themen scheint Dein Pferd freudig mitzuarbeiten
- wo macht es einen gestressten Eindruck?
- Gibt es eine Art Menschen, die Dein Pferd besonders mag?

Beobachte Dein Pferd und baue Deine Erkenntnisse daraus in Dein Angebot mit ein. Dein Pferd ist ein Hauptbestandteil Deiner Arbeit, also baue darauf so auf, dass es langfristig und nachhaltig Sinn macht.

Die Haltung

Für die Pferdegerechte Haltung sollte das Pferd die Möglichkeit erhalten für Sozialkontakte, oft frische Luft zu atmen und sich zu häufig zu bewegen. Es sollte auch auf einen täglichen Weidegang geachtet werden. Ebenso die Gruppenhaltung, zumindest teilweise Kontakt mit anderen Pferden ist wichtig.

Die Fütterung

Eine ausgewogene Ernährung, mit viel Heu und Raufutter verhindern spritzige Pferde, die wir überhaupt nicht gebrauchen können. Ausserdem ist diese Art von Pferdefütterung die beste Vorbeugung gegen Magengeschwüre und sorgt für ein gutes Darmklima. Die Fütterungspausen sollten nicht länger als vier Stunden dauern.

Belohnungen

Es ist ein absolutes Muss, bei dieser Arbeit auf Belohnung in Form von Leckerlis und jeglicher Form von Futtergabe zu verzichten. Unsere Pferde dürfen sich nicht bettelnd vor den Kunden stellen.

Beim Pferdeunterstützten Coaching gibt es kein „gut“, „richtig“, oder „brav“. Vielmehr wird das Lob durch „Danke“ ersetzt. Dieses kommt vom Kunden und Du wirst schnell erkennen, wie viele Arten von „Danke-sagen“ und „Wertschätzung-zeigen“ es gibt, ohne die Hand vor das Pferdemaul strecken zu müssen.

Pferde lernen sehr schnell und es wird kein Thema sein, dass es, wenn vielleicht im normalen Pferdealltag sonst schon, hier keine Leckerlis gibt.

Infrastruktur

Um mit dem Pferd als Coach arbeiten zu können, braucht es im Idealfall einen geschützten Ort, frei von Passanten und Störungen. Nicht alle haben eine Reithalle zur Verfügung und gerade auch das Setting Draussen hat einen positiven Effekt.

Wichtig ist, dass das Pferd während der Interaktion nicht auf einer satten Wiese steht. Die Ablenkung ist einfach zu gross und das Interesse, sich auf den Menschen zu konzentrieren bei den meisten Pferden mit einem solchen Angebot eher gering.

Man kann hier sehr kreativ werden, schön ist es, wenn man eine geschlossene Fläche von mind. 100 m² zur Verfügung hat, damit das Pferd sich auch frei bewegen kann.

Mögliche Orte:

- Round Pen
- Platz in einer Scheune
- Im Wald, Abgrenzung mit Band um die Bäume (Grundstückbesitzer immer um Erlaubnis fragen)
- Draussen in der Natur, Wegkreuzungen und Waldlichtungen eignen sich sehr gut dafür (Pferd am Strick/Führseil halten)
- Weide und Offenstall (immer von aussen und nicht direkt bei den Pferden)

Für den Kunden:

- Sanitäre Anlage (WC)
- Innenraum, um auch unabhängig vom Pferd arbeiten zu können (das kann auch im Stall auf einer oder zwei Heuballen sein)

Was ein No-Go ist:

Ich muss es hier erwähnen, da es immer wieder gemacht wird: Coaching im Gruppenstall. Immer wieder höre ich, dass im Gruppenstall/Laufstall gecoacht wird. Für mich persönlich ist das ein absolutes No-Go. Hier findet definitiv Grenzüberschreitung statt. Die Freiwilligkeit der Pferde kommt hier zu kurz, da wir uns in Ihren Raum begeben. Die Privatsphäre wird hier nicht bewahrt. Ein Stallbetreiber, der sich achtsam um seine Vierbeinigen Kunden kümmert, wird dem auch nicht zustimmen.

Was gut machbar ist: Ausserhalb des Gruppenstalls/Laufstalls zwei Stühle aufstellen und die Interaktion der Pferde als «Beobachtende, Wahrnehmende» in den Prozess einbeziehen.

Sicherheit steht an erste Stelle

Die Sicherheit muss an vorderster Stelle stehen. Für alle Beteiligten. Hierbei ist auf die physische und psychische Sicherheit zu achten:

Physische Sicherheit

Es ist wichtig, dem Klienten Infos zur Sicherheit mitzuteilen. Das Beginnt bereits bei der Wahl der richtigen Schuhe und der wettergerechten Kleidung. Das Pferd ist ein Fluchttier und so ist es sinnvoll, kurz die wichtigsten Eckpunkte der Sicherheit im Umgang mit dem Pferd zu erklären:

- Sichtfeld des Pferdes
- Annäherung
- Haltung Strick und Führseil
- Hinweise auf Begleitung, oder Möglichkeit, das Pferd jederzeit loszulassen
- Unterzeichnung Haftungsausschluss

Psychische Sicherheit

Wir arbeiten in einem geschützten Raum (ungestört, sicher eingezäunt) ohne Zuschauer oder Zaungäste.

- Jede Übung ist freiwillig, ohne Tempovorgabe. Alles kann, nichts muss. Es gibt kein Richtig oder Falsch.
- Alles, was hier passiert, bleibt auch hier. (Auch bei Firmen gibt es kein Feedback an den Vorgesetzten)
- Wenn das Pferd signalisiert, dass es nicht (mehr) mitarbeiten möchte, akzeptieren wir das und passen unser Setting an.

Ablauf und Einsatzdauer des Pferdes

Wie der Ablauf von dem Moment, wenn der Kunde den Hof betritt, bis er wieder wegfährt ist, gilt es zu definieren. In einem fremden Stall sollte hierfür auch der Stallbesitzer miteinbezogen werden. Fragen wie:

- wo wird geparkt, wo wartet der Kunde (Stallregeln)
- Hat der Kunde Zugang in den Stall?
- Wann und wie kommt das Pferd ins Spiel
- wo findet das Vorgespräch statt
- ist hier das Pferd anwesend oder nicht
- wo wird dann die Hauptintervention stattfinden
- wie gestalten wir das Ende des Settings, etc. (Arbeitsblatt „Planung Ablauf Coaching-Setting“)
- Was ist bei unvorhergesehenen Störungen?

Dauer des Coachings

Die Aufmerksamkeitsspanne der Pferde liegt im Training bei max. 20 Minuten. Das sollten wir auch im Coaching berücksichtigen. Ein Pferd kann nicht 90 Minuten aktiv im Coachingsetting anwesend sein, ohne dabei nicht überfordert zu werden.

Im Idealfall ist das Pferd nicht länger 45 Minuten im Einsatz, dies inkl. der Grund- und Kennenlern-Führübung sowie dem Abschluss.

Die Pferdeausrüstung für das Coaching

Beim Pferdeunterstützten Coaching sollte so wenig wie möglich an ein „normales“ Reitflair erinnern. Das Pferd sollte so frei und natürlich wie nur möglich sein, d.h. mehr als ein Halfter oder Halsring benötigt es nicht. Zur Führung des Pferdes und einer bedarfsgerechten Kontrolle gibt es verschiedene Möglichkeiten, z.B. Knotenhalfter (bitte unbedingt richtig anpassen!), ein normales gutschitzendes Halfter oder ein Halsring (es gibt

schöne Modelle auf dem Markt). Wichtig ist ein langer Strick oder ein Führseil

Wir möchten dem Knotenhalter etwas separate Aufmerksamkeit widmen. Es ist uns ein Anliegen, sicher zu stellen, dass dieses, im Moment überaus beliebte Halfter richtig angezogen wird. Es ist erschreckend, wie oft wir das falsch angepasst sehen. Alle scheinen es zu wissen, beim Anziehen jedoch wird es immer wieder vergessen. Es gibt unzählige Beschreibungen und Videos, wie das „Knoti“ korrekt angepasst und verknotet wird.

Professionell sieht es sicherlich aus, wenn gleiches Material in den gleichen Farben verwendet wird. Wir persönlich achten auf gute Qualität, das lohnt sich unserer Meinung nach sehr!

Material

Das Material, welches wir beim Coaching benötigen, kann individuell zusammengestellt werden. Als Basismaterial empfehlen wir:

- Leichte Stangen (z.B. Badenudeln, Stangen aus Schaumstoff)
- Plastikplane
- Minipylonen (verschiedene Farben)
- Bälle
- Hula-Hoop-Reifen
- Ein ca. 30 m langes, weiches Seil
- Schale, Halstuch oder Augenbinden
- Papierkarten
- Stifte

Wir empfehlen, sich einen Grundstock an Material zusammen zu stellen und alles in einer mobilen, wetterfesten Box zu verstauen. Wir haben auch immer einen zusätzlichen Rucksack gepackt. Darin sind das Basismaterial, Taschentücher, eine kleine S.O.S - Apotheke sowie Wasser enthalten - bereit, wenn das Coaching in der freien Natur stattfindet.

Energieausgleich für die Pferde nach dem Coaching

Abstreichen mit der Hand

Als Sofortmassnahme nach jedem Coaching empfehle ich, das Pferd mit der flachen Hand vom Kopf her Richtung Schweif abstreichen. Hände ausschütteln und erneut auflegen. Meistens entspannen sich die Pferde dabei, gähnen und zeigen uns sehr gut, was es gerade noch braucht, um einen guten Ausgleich zu schaffen.

Auf die Weide lassen

Buckeln und Herumrennen losgebracht. Sozialkontakt ist essenziell für unsere Pferde und schnell kommt ein Freund zur Fellpflege. Jeder Als Coach solltest Du stark darauf achten, dass Dein Pferd nach jedem Coaching einen bewussten Ausgleich zum Einsatz bekommt.

Sozialkontakt

Abbau von Stress geht auch super mit dem richtigen Freund!

Vorbildfunktion

Wer professionell mit Pferden arbeitet, hat eine Vorbildfunktion. Informiere Dich regelmässig über Forschungen rund um das Pferd, halte Dich auf dem Laufenden. Bilde Dich weiter und setze Dich dafür ein, dass es Pferde in unserer Welt besser haben. Gehe achtsam und klar mit Deinem Pferd um, fördere es in verschiedenen Bereichen und vertiefe Deine Beziehung immer wieder aufs Neue. Mach Dich zu einer wirklichen Führungspersönlichkeit für Dein Pferd und schaffe so Vertrauen, Respekt und Sicherheit. Dein Pferd wird es Dir danken und sich Dir vertrauensvoll anschliessen, ein unverzichtbarer Teampartner für Eure gemeinsame Arbeit werden.

Kapitel 3 - Die Integration des Pferdes im Coaching



- Das Setting im Pferdeunterstützten Coaching
- Das Coaching Dreieck
- Die Rollen im Coaching Dreieck
- Der Einstieg in ein Pferdeunterstütztes Coaching
- Grundübung »Die vier Fokus Punkte«
- Die Unterschiedlichen Reaktionen des Pferdes



Rückblick und Reaktivierung für Dich

Nach dem letzten Kapitel ist es für Dich möglich, eine detailliertere Idee davon zu haben, was die Anforderungen an das Pferd sind, welches Material Du brauchen wist und was wichtig ist, damit Du professionell und der Vorbildfunktion, welche Du als Pferdegestützter Coach einnehmen wirst, gerecht wirst. Was ist Dir in diesem Zusammenhang wichtig und worauf willst Du Deinen Fokus legen, schreibe es hier für Dich auf:

Empty space for writing notes.

Das Setting im Pferdeunterstütztes Coaching

Wie bereits erwähnt, ist die eigentliche Arbeit im Pferdeunterstützten Coaching, die Reaktion des Pferdes als Schlüsselinformation zu nehmen und so dem Kunden eine Selbstreflektion zu ermöglichen.

Im Coaching geht es primär darum, den Kunden eigenes Verhalten, unbewusste Spannungen oder Blockaden sichtbar zu machen und durch eine neue Perspektive in einen Veränderungsprozess zu treten. Das Pferd arbeitet an der Seite des Coaches, interagiert mit dem Kunden wobei der Coach eine beobachtende Haltung einnimmt.

Die Konstellation, in der wir arbeiten ist wichtig, damit das Pferd klar erkennen kann, worum es geht. Pferde lernen so sehr schnell, dass sie sich in einer anderen Situation als z.B. im Training befinden was wichtig ist, da das Pferd ja primär in Interaktion mit dem Kunden, für das Pferd meist unbekannte Person, geht und nicht mit dem Coach in Verbindung geht.

Das Coaching-Dreieck

Die Konstellation, in der wir arbeiten, nennen wir „das Coaching-Dreieck“. Symbolisch/energetisch wird eine Brücke zwischen Pferd und Kunden gebaut. Die Beziehung von Pferd und Coach tritt in den Hintergrund. Sie ist selbstverständlich vorhanden, aber bildlich gesprochen eher wie ein unsichtbares Band und für den Aussenstehenden nicht sichtbar. So kann das Pferd bewusst auf den Kunden reagieren.



Abbildung 13 - Das Coaching-Dreieck¹³

¹³ Michaela Oertli

Die Rollen im Coaching-Dreieck

Der pferdeunterstützte Coach

Er begleitet den Kunden durch den Prozess. Für die Struktur dieses Prozesses ist er verantwortlich. Die Hauptaufgabe ist es, die Eigenwahrnehmung des Kunden zu aktivieren, damit dieser in seine Selbstwirksamkeit gelangt.

Das Pferd

Das Pferd hat die Hauptrolle in dieser Konstellation. Es spiegelt, unterstützt, begleitet oder hält den Raum bei der Zusammenarbeit mit dem Kunden. Oft ist das Pferd aber auch einfach „nur“ Pferd, was immer oberste Priorität in dieser Arbeit hat. Ob wir das Pferd als Co-Coach, Coach oder Trainer bezeichnen, hängt mit der Rolle zusammen, die das Pferd übernimmt. (siehe nachfolgend Co-Coach oder Trainer)

Der Kunde

Der Kunde setzt sich in einer Übung mit einem Thema auseinander, nimmt wahr, reflektiert mit Hilfe der Fragen des Coaches und kann so eine Verbindung zu der Problematik herstellen, Muster erkennen und einen Lösungsweg angehen.

Co- Coach oder Trainer?

Setzt der Coach das Pferd im Coachingprozess gezielt ein, übernimmt dieses die Rolle als Co-Coach. Es unterstützt den Coach im Coachingprozess und dient als „Prozessbeschleuniger“, „Verstärker“ oder „Prozessvertiefer“.

Steht die Arbeit dem Pferd im Mittelpunkt und besteht der Prozess erst aus der Interaktion des Klienten mit dem Pferd bezeichnet man das Pferd als Trainer oder Coach. Hier gibt es auch mehr oder weniger fixe Vorgaben, mögliche Auswertungen, fixer Ablauf, etc.

Grundsätzlich gilt: je mehr Freiraum für die Mensch-Pferd Interaktion besteht, desto eher haben die Pferde die Rolle des Coaches. Je klarer der Ablauf der einzelnen Übungen definiert ist und der menschliche Part (Coach) die Führung übernimmt, desto eher sind die Pferde Co-Coaches. In der Praxis wird oft eine Mischung der beiden Varianten gewählt, die sich an Thema, Übungen und Prozesse orientiert. Daher ist die Entscheidung für Co- oder nicht Co auch vor allem eine Frage der inneren Haltung und für den Klienten keinesfalls entscheidend.



ÜBUNG FÜR DICH

Definiere den Unterschied zwischen den Einsatzmöglichkeiten des Pferdes.
Wann ist das Pferd ein Trainer, wann ein Coach und wann ein Co-Coach:

Der Einstieg in ein Pferdeunterstütztes Coaching

Pferd und Kunde treffen meist das erste Mal in einer Coachingeinheit aufeinander. Ein Miteinander «Bekanntmachen» ist sehr wichtig. Auch soll der Coach erkennen, wie das Pferd auf den Kunden reagiert, bevor es um dessen persönliches Thema geht. Wir nennen das «Einstands-Positionierung». So kann ich als Coach auch erkennen, wie das Pferd heute unterwegs ist, ob Spannung da ist oder sonstige Verhaltensweisen, die vielleicht nichts mit dem Kunden zu tun haben. Dieser Schritt basiert auf der Grundannahme, dass das Pferd primär einfach Pferd, also sich selbst ist. Das ist in unserer Art und Weise der Arbeit ein Hauptbestandteil.

Bekanntmachung mit dem Pferd

Natürlich stellen wir dem Kunden das Pferd vor, machen ihn mit den wichtigsten Sicherheitshinweisen bekannt (Sichtfeld Pferd, ev. Besonderheiten des Pferdes, allgemeine Gefahrenhinweise) und lassen sowohl dem Pferd als auch dem meist pferdeunerfahrenen Kunden Zeit, sich miteinander vertraut zu machen.

Grundübung «die vier Fokuspunkte»

Wir beobachten die Pferde und ihre Signale in Interaktion mit dem Menschen. Als Grundlage machen wir die Grundübung «die vier Fokuspunkte» auch das „Ponybild“ (in der Methode) genannt. Einen ersten Eindruck, wie Kunde und Pferd miteinander unterwegs sind.

Die Signale des Pferdes beobachten wir anhand der 4 Fokuspunkte:

- Klare Intention
- Synchronisation
- Im richtigen Moment Impulse geben
- Leichtigkeit & Freude

Diese erste Grundübung gibt dem Kunden die Möglichkeit, sich in Ruhe mit dem Pferd vertraut zu machen, während der Coach sich ein Bild darüber verschaffen kann, wie die beiden gemeinsam unterwegs sind. Diese Übung gehört zur Analyse in der AHAA-Methode.

Das kannst Du als Coach erkennen:

Klare Intention

- Hat er eine klare Vorstellung davon, was er gerade tut?
- Setzt er sich für sich selbst ein (fragt er z.B. nach, wenn etwas unklar ist?)

Synchronisation

- Wie lässt er sich auf das Pferd ein?

- Schliesst sich das Pferd dem Kunden an?

Im richtigen Moment Impulse geben

- Ist er klar und deutlich?
- werden Signale vom Pferd verstanden?

Leichtigkeit und Freude

- Ist Leichtigkeit spürbar?
- Ist Freude spürbar?

Die Vier Fokuspunkte lassen sich am einfachsten beobachten, wenn der Kunde das Pferd führt, frei mit ihm herumgeht oder einen kleinen Hindernisparcours mit dem Pferd absolviert.

Anschliessend tauschen wir uns mit dem Kunden aus, stellen ihm Fragen zum Erlebten und können dann mit dem eigentlichen Coaching beginnen.

Die Unterschiedlichen Reaktionen des Pferdes

Spiegeln

Wenn ein Pferd einen Menschen spiegelt, bedeutet dies, dass es die emotionalen Zustände, Verhaltensweisen oder Energie des Menschen aufnimmt und reflektiert. Das Pferd spürt die feinen Nuancen in der Körpersprache und den emotionalen Signalen des Menschen und reagiert entsprechend darauf. Es kann die Gefühle und Stimmungen des Menschen wahrnehmen und diese in seinem eigenen Verhalten widerspiegeln.

Begleiten

Wenn ein Pferd einen Menschen einfach nur begleitet, bedeutet dies, dass es in der Nähe des Menschen bleibt und ihm folgt, ohne jedoch spezifisch auf seine emotionalen Zustände oder Verhaltensweisen zu reagieren. Das Pferd agiert als ruhiger und vertrauensvoller Partner, der dem Menschen.

Einfach Pferd sein

Wenn das Pferd einfach «nur» Pferd ist, bedeutet dies, dass es seine natürlichen Verhaltensweisen und Eigenschaften zeigt, ohne spezifisch auf den Menschen zu reagieren oder eine aktive Rolle in der Interaktion einzunehmen. Das Pferd folgt seinen Instinkten. Es kann sein eigenes Verhalten zeigen, wie zum Beispiel fressen, sich wälzen, sich abdrehen, etc.

Wichtig in der Pferdeunterstützten Arbeit ist es zu erkennen, in welchem «Modus» das Pferd gerade ist. Das kann auch schnell hin und her wechseln. Manchmal beobachtet man, dass sich das Pferd wie «ein» und wieder «ausschaltet».



Nimmt Dir einen Moment Zeit und notiere eigene Erfahrungen. Wie sieht das bei Deinem Pferd aus? Was kennst Du, was ist neu für Dich?

A large, empty rectangular area with a light orange background, intended for the user to write their own experiences and observations.

Abschluss Modul 1

Das Pferd im Coaching hat zu jedem Zeitpunkt Priorität. Der Coach ist für die Sicherheit des Kunden und die des Pferdes, das Wohlergehen des Pferdes jederzeit verantwortlich.

Einen guten Ausgleich, artgerechte Haltung und viel Sozialkontakt ist für das Pferd unerlässlich. Wer Pferde für diese Art von Arbeit einsetzt muss sich bewusst sein, dass, auch wenn diese Arbeit körperlich für Pferde sicherlich nicht sehr anstrengend ist, mental ein grosser Einsatz gefordert wird. Ein dosierter Einsatz des Pferdes, ein professionelles Setting, grosszügige Pausen und längere Auszeiten müssen zwingend eingeplant werden.

Freude und Leichtigkeit sind auch oberstes Gebot beim Einsatz der Pferde. Zeigt ein Pferd nur ansatzweise Ermüdungserscheinungen, Desinteresse oder kleinste Anzeichen von Stress, muss es sofort aus der Einsatzplanung genommen werden.

Nur ein frisches, aufgewecktes, neugieriges Pferd kann einen Kunden begleiten und den Sinn von Pferdeunterstütztem Coaching vermitteln. Die Verantwortung, die Pferde artgerecht und würdig für unsere Zwecke einzusetzen liegt beim Coach und ist oberstes Gebot bei dieser Tätigkeit!

♥Wir tragen unseren Pferde Sorge – und zwar als oberste Priorität♥

