

Mein Coach trägt Fell

Text: Constanze Kleis Fotos: Maresa Mader

Mehr Selbstbewusstsein, Klarheit, andere besser einschätzen können – das kann man in Kursen zur Persönlichkeitsentwicklung lernen. Unsere Autorin hatte dabei ganz besondere Lehrer: vier Pferde. Was sie von ihnen gelernt hat? Zum Beispiel wie andere tun, was man von ihnen will

Nein, reiten muss man nicht können, um sich von Pferden etwas beibringen zu lassen: Hier lernt unsere Autorin Constanze Kleis von ihrem tierischen Trainer Vasco da Gama, dass eine zugewandte Art immer gut ankommt





Kursleiterin Margit Dellian (rechts oben) bei der theoretischen Einführung. Und wenig später mit Atila, dem stolzen, aber leicht aus der Fassung zu bringenden Lusitano-Hengst

Unando hat keine Lust. Er will nicht, was ich will, nämlich die Richtung wechseln. Ich könnte jetzt nachgeben, ganz nach der Devise: „Die Klügere gibt nach“. Aber ich denke an den Rat, den mir Margit Dellian für den Fall mitgegeben hat, dass der kleine braune Pony-Mix einmal wieder seinen großen Eigensinn auspackt: „Mit sanftem Druck der Schulter klar machen, wohin es geht!“ Und tatsächlich: Es funktioniert. Unando tut, was ich will: Mit mir an seiner Seite einmal links- und einmal rechtsherum durch die Halle gehen. Ich kann es also doch: richtungsweisend sein. Und niemand ist böse, wie ich stets befürchte, wenn ich etwas will, das andere nicht wollen. Es ist im Gegenteil fast so, als wäre Unando froh, dass da jemand weiß, wie es weitergeht. Ich lerne: Man kann auch ohne auf einem Pferd zu sitzen, über innere Hürden springen.

VERTRAUENSACHE

Allein für diese Erfahrung hat es sich schon gelohnt, dieses Wochenende in Weinsberg bei Heilbronn, mitten in schönster Natur an einem pferdegestützten Coaching teilzunehmen. Gemeinsam mit neun anderen: Ärzten, Angestellten, Menschen aus der Personalentwicklung und vom Theater. Zwei Männer, acht Frauen im Alter von Anfang zwanzig bis Mitte sechzig. Zwei davon Reiterinnen. Die anderen hatten bislang keinen oder kaum Pferde-Kontakt. Aber wir sollen ja auch nicht reiten. Sondern erfahren, wer wir sind

und wie das mit anderen „matcht“, die anders sind. Warum man dafür Pferde braucht? „Sie reagieren direkt und ehrlich. Sie spiegeln uns und unser Verhalten. Als Fluchttiere sind sie darauf angewiesen, sofort zu erkennen, wem sie vertrauen können, und reagieren besonders sensibel auf Körpersignale. Sie spüren, ob ein Mensch weiß, wohin er will. Ob man ihm vertrauen kann,“ so Margit Dellian, die mit ihrem Unternehmen Equi-com diese besonderen Seminare anbietet.

SELBSTFINDUNGSTOOLS

Bereits eine Woche vor Beginn des Seminars haben alle Teilnehmer online den sogenannten DISG-Persönlichkeitstest absolviert. Mit ihm lässt sich ein „Arbeitsplatzprofil“ erstellen und ermitteln, wie stark die vier Merkmale Dominanz, Initiative, Stetigkeit und Gewissenhaftigkeit (daher das Kürzel) bei einer Person ausgeprägt sind. Mit Coachin Luzi Engelfried bespreche ich mein Ergebnis: mein DISG-Typ ist vorwiegend „initiativ“ und „stetig“. Ob das etwas Gutes ist? Ich erfahre, dass es hier weder ein Gut noch schlecht gibt. Vielmehr geht es darum, zu verstehen, wie man tickt und dass andere anders sind und andere Bedürfnisse haben. Und es eben die Persönlichkeit und nichts Persönliches ist, wenn die nicht so ticken wie wir. Dass es zum Beispiel eine sehr gewissenhafte Person nervös macht, wenn eine andere, die sehr initiativ ist, ihr ständig neue, hochfliegende Pläne serviert. Während umgekehrt initiativ Typen oft genervt sind, wenn die Gewissenhafte

tut, was sie tun muss: sie mit Bedenken wie „wird das nicht zu teuer?“ oder „ist das überhaupt zu schaffen?“ auf den harten Boden der Tatsachen zurückzuholen.

INNERE GRENZEN ÖFFNEN

Jeder brauche andere Bedingungen, um sein Potenzial auszuschöpfen, eine andere Wohlfühlatmosphäre, um sich – privat oder im Job – am richtigen Platz zu fühlen. Um das zu verstehen, sind wir hier und um, auszuprobieren, wie man idealerweise mit Charakteren interagiert, die so ganz anders sind als man selbst. Und auch, um ein wenig über die Grenzen unserer eigenen Persönlichkeit hinauszuwachsen. Unsere Komfortzone zu verlassen und dadurch unser Handlungsrepertoire zu erweitern: Mehr Dominanz, mehr Gewissenhaftigkeit und Stetigkeit, mehr Initiative zu wagen. Dabei sollen uns die vierbeinigen Co-Trainer helfen. Schließlich bringt auch jedes Pferd seine ganz eigene Persönlichkeit mit – ganz so wie im richtigen Leben. Am Arbeitsplatz. Überhaupt in Beziehungen.

Ich fühle mich ein wenig an die TV-Sendung Herzblatt, erinnert als einer nach dem anderen in die

Halle geführt und von Margit Dellian vorgestellt wird: Da ist Atila, der Lusitano-Hengst, stolz, temperamentvoll, leicht aus der Fassung zu bringen. Dann Unando, „der Typ, der sich von niemandem etwas sagen lässt“, nichts und niemand ernst nimmt, mit einer beneidenswerten entspannten Haltung zur Work-Life-Balance. Außerdem Eddy, der stetige, zugewandte Trakehner, der gewissenhaft immer das ganze Umfeld checkt, der ausdauernd ist, sowieso alles ganz richtig machen will und ängstlich wird, wenn man ihm Druck macht. Und schließlich Vasco da Gama, kurz „Vasco“, die vierbeinige Inkarnation eines austrainierten Showmasters, eines coolen Charmeurs, der trotz seines fortgeschrittenen Alters immer noch Herzen in Sturm erobert. „Ein Poser erster Güte“, lacht Margit Dellian und sagt, dass wir uns nicht täuschen lassen sollten. „Ohne Publikum ist er wirklich schon ein älterer Herr.“ Einer, der es immer noch wissen will.

ANERKENNUNG IST WICHTIG

Mit ihm brauche ich schon eindrucksvollere Argumente als den sanften Druck, mit dem ich Unando noch die Richtung vorgegeben hatte. Zumal die Auf-



Vasco ist lustlos. Woran das liegt? Constanze ist nicht entschieden genug

Geschafft: Vasco hat sich in Bewegung gesetzt, weil Constanze ihm energisch signalisiert hat, dass sie das so möchte



Weitere tierische Co-Coaches

Pferde sind irgendwie nix für Sie? Wir stellen andere vierbeinige Co-Coaches vor:

HUNDE In Willersdorf in Oberfranken gibt es Einzel- und Team-Coachings auf „Wau“-Basis: „Wertschätzung – Achtsamkeit – Umdenken“. Die Labradorhündinnen Mira und Maggy sorgen dabei bei Nachwuchs- und Führungskräften als „Co-Trainer mit der kalten Schnauze“ für „klares Feedback und decken unbewusste Verhaltensweisen auf“. [Infos: melanie-ebert.de](mailto:melanie-ebert.de)

SCHAFE Scha(r)f(sinn heißt eine wollige, interaktive Horizonterweiterung in Westfalen. Meint: Man lernt mit und von einer kleinen Schafherde anschaulich und unmittelbar unter anderem, wie Führung funktioniert und dass sie vor allem Teamarbeit ist. [Infos: scharfsinn-coaching.de](mailto:scharfsinn-coaching.de)

LAMAS Sie gelten wegen ihres therapeutischen Benefits auch als die ‚Delfine der Weide‘. Ob das stimmt, kann man etwa bei Lamameer erleben. Geboten werden unter anderem Einzelcoachings für mehr Gelassenheit und als Orientierungshilfe bei Veränderungsprozessen. Aber auch Bildungsurlaub oder Achtsamkeitstraining. Nicht nur die Lamas sind bestens für ihre Aufgabe geeignet. Geschäftsführerin Jennifer Hein hat eine beeindruckende Referenzliste. [Infos: lamameer.com](mailto:lamameer.com)

gabe nun deutlich anspruchsvoller ist: Konnte ich Unando noch am Führungsseil nah am Pferde durch die Halle lotsen, soll ich nun von der Mitte der Halle aus – bloß mit einer Gerte ausgerüstet – Vasco erst zum Traben, dann zum Galoppieren bringen. Das Führungsseil wird quasi durch Körpersprache, Haltung und Entschiedenheit ersetzt. Ein bisschen wie im richtigen Leben, wo man den Kollegen oder den Liebsten ja auch nicht einfach am Strick und mit einem leichten Schubs zu den Aufgaben zerran kann, die man ihm übertragen hat. Nun stehe ich also allein mit einer Gerte in der Zirkelmitte, was – so Margit Dellian – im Pferdekosmos so etwas wie den Chefessel darstellt. Vasco schaut ein wenig, als wollte er sagen: Kleine, wenn du mir Anweisungen geben willst, musst du echt schon früher aufstehen. Er denkt gar nicht dran, sich in Bewegung zu setzen. Ich muss meinem Wunsch also Nachdruck verleihen, hebe die Gerte, so wie es Margit Dellian vorgeführt hat. Keine Reaktion. Ich verstärke meine Argumente mit einem sirrenden Schlag durch die Luft. Das zieht endlich. Kurz. Dann bleibt Vasco wieder stehen. Ich lasse die Gerte energischer knallen. Jetzt klappt es. „Gut gemacht!“, werde ich gelobt. Und ich gebe das Lob pronto an Vasco weiter und klopfte im zart den Hals. Denn auch das sei enorm wichtig: „Anerkennung!“ Bei Vier- wie bei Zweibeinern.

WENIGER BRINGT MEHR

Nun ist Sandra dran und geht in die Mitte. Sie arbeitet in einem Automobilunternehmen in der Personalent-





Menschen bei ihrer Persönlichkeitsentwicklung auf die Sprünge zu helfen – darin sind Pferde als ehrliche Feedbackgeber sehr erfolgreich. Hier freut sich Lehrer Unando über eine große Pause

wicklung. An ihr sieht man, wie es aussieht, wenn jemand im DISG-Profil einen bemerkenswerten Auschlag bei „Dominanz“ hat: aufrechte Körperhaltung, fokussierter Gang, entschiedener Tonfall, entspannte Ausstrahlung. Vasco läuft schon beim Heben der Gerte los. Nicht nur der Hengst ist beeindruckt, auch wir Zuschauer. Sie wickelt ihn mit ihrer Entschiedenheit quasi um den Finger. Für sie läuft er gern.

DER SINN DES LEBENS

Mit jeder Übung, die wir machen, erleben wir eindrucksvoll, was viele Studien bestätigen: Dass Pferde mit unterschiedlichen Personen bei den immer gleichen Übungen immer anders reagieren. Je nachdem,

wer sie führt. Umgekehrt ist auch jedes Pferd wie jeder Mensch anders ansprechbar. Braucht einen mehr – Vasco – oder auch weniger – Eddy – energischen Auftritt. Für alle aber gilt: Sie zeigen uns, wie weit wir mit Respekt vor ihrer Persönlichkeit, mit Klarheit und Ruhe kommen. Was wir hier erfahren, kann in allen Beziehungen ein wunderbarer Leitfaden sein – der sehr, sehr viel Druck, Ängste und Zweifel aus dem Spiel nimmt.

Und wenn es stimmt, dass der Sinn des Lebens in guten Beziehungen liegt, dann haben wir hier auch einiges sehr Wichtiges auch für die Zweisamkeit gelernt. Mir ist jedenfalls auch klar geworden, dass ich mit einem Vasco zusammenlebe. Einem Mann, der viel Freiraum braucht, um Dinge so zu erledigen, wie und wann er sie erledigen möchte und nicht so, wie ich sage, dass sie erledigt werden sollten. Und dass das den Eddy in mir, der gern alles kontrolliert, eben manchmal ziemlich nervös machen kann. Erstaunlich, wie weit einen ein Pferd voranbringen kann, auch ganz, ohne dass man es reitet oder vor eine Kutsche spannt. „Life is good. A horse makes it better“, sagen die Engländer. Am Ende eines spannenden Tages sind wir davon alle überzeugt. 🐾

MARGIT DELLIAN (58)

Mit equi-com verknüpft die studierte Betriebswirtin ihre beiden Herzensthemen: Kommunikation und Pferde. Seminarteilnehmer lernen in der Zusammenarbeit mit den Pferden u.a. die Wirkung nonverbaler Kommunikation. Bei offenen Workshops liegen die Kosten pro TeilnehmerIn zwischen 890 und 1490 Euro netto inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung im idyllischen Hofcafé nebenan

