



Foto © Vanessa van Rensburg / Fotolia.com

## Train the Trainer: Workshop

### Pferdegestütztes Coaching - Workshop mit Pferden

**D**ieser Workshop mit Pferden ist ein pferdegestütztes Coaching zur eigenen Persönlichkeitsentwicklung und Reflexion.

Pferde setzen selten Laute ein um zu kommunizieren und sind die wahren Experten für Körpersprache. Sie nehmen sehr sensibel wahr, was der Mensch durch seine Körpersprache mitteilt. Das kann Angst oder Freude sein, Spaß oder Langeweile aber auch Entschlossenheit oder Zögern. Auch Anzeichen, die Nähe und Distanz signalisieren werden von ihnen wahrgenommen.

Verkörpert ein Mensch Selbstsicherheit, Ruhe und Authentizität reagiert auch das Pferd darauf mit seinem Verhalten entsprechend. Durch das direkte und unvermittelte Feedback bietet sich dem Menschen im Umgang mit Pferden - durch das Coaching - eine erlebnisorientierte Möglichkeit:

- sich über alte Verhaltensweisen bewusst zu werden
- die individuellen Potentiale zu erkennen und
- dadurch Prozesse in Gang zu bringen, sich von alten Mustern zu trennen.

Pferde können wir nicht belügen, sie erkennen wenn der äußere Ausdruck nicht mit dem Inneren übereinstimmt. Dadurch kann der Mensch erkennen, dass er nicht kongruent ist und hat die Chance seine Absicht zu überdenken. Beim Coaching mit Pferden können wir Menschen ein direktes und ehrliches Feedback, über die Wirkung von Mimik, Gestik und Verhalten erhalten. Diese Form der Kommunikation unterscheidet nicht zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, sodass Pferde immer zeitnah und situationsgebunden reagieren. Dadurch hat man beim pferdegestützten Coaching die Möglichkeit eine unmittelbare Reaktion darüber zu erhalten, wie das eigene Verhalten gerade wirkt.

Unsere körpersprachlichen Signale, die uns häufig nicht bewusst sind, werden von Pferden instinktiv aufgenommen

und verarbeitet. Sie zeigen durch ihre Körpersprache, z.B. durch Ohrenspiel und Körperhaltung ihre Zu- und Abwendung äußerst deutlich. Pferde verfügen über Verhaltenseigenschaften, die für Menschen von großer Bedeutung sind. Im Allgemein können Menschen Begegnungen mit Tieren, wie z.B. beim Coaching mit Pferden, dabei helfen, sich über ihre nonverbale Kommunikation bewusst zu werden und diese zu reflektieren.

Beim Coaching mit Pferden kann man erleben, wie man durch respektvolles Miteinander und Einhalten simpler Kommunikationsstrukturen, die Gelegenheit hat Beziehungen auf der Basis Vertrauen einzugehen und gemeinschaftliche Flow-Erfahrungen zu machen. Das Pferd kann man als einen natürlichen Spiegel beschreiben, der uns Dinge klarer zeigt, und dadurch ermöglicht individuelle Themen, die möglicherweise unsichtbar waren oder unterdrückt wurden, anzuschauen und anzunehmen.

Das Bewusstwerden unserer alten Glaubenssätze und Verhaltensmuster und das Annehmen wie es im Moment ist, ermöglichen uns erste Veränderungen zu bewirken. Pferde sind sehr soziale Wesen, die in einer Herde mit klaren Strukturen leben. Sie sind empathisch und lassen sich nicht von Äußerlichkeiten blenden. Sie leben im Hier und Jetzt, sind spontan und nicht nachtragend. Wir haben dadurch immer die Chance unser Verhalten unmittelbar zu verändern und dadurch eine andere Antwort zu erhalten.

#### Voraussetzung

Es sind keine Kenntnisse über Pferde notwendig, es wird am Boden mit den Pferden gearbeitet.

Dauer  
2 Tage

Aktuelle Termine unter  
[www.fitmedi-akademie.de](http://www.fitmedi-akademie.de)