



## DAS ETWAS ANDERE FÜHRUNGS-SEMINAR

Hü oder hott? Wo geht's lang im Leben? Die Antwort darauf fand unsere Kollegin beim **Pferdecoaching**. Hier sind die Tiere die Trainer. Und, nein, geritten wird nicht

Pferde stärken, wusste Susanne Kaloff nach dem Kurs. Hier mit ihrem vierbeinigen Coach Rasputin

**DAS ERSTE, AN WAS ICH DACHTE, ALS ICH VOM COACHING MIT PFERDEN ERFUHR**, war Heidi. Eine Stute auf dem Ponyhof, den ich besuchte, als ich zwölf Jahre alt war. Mein einziger Kontakt im Leben mit Pferden, und bereits eine Weile her. Das Nächste, was mir durch den Kopf galoppierte: Ich setze mich auf keinen Fall auf so einen Gaul! Dass diese Sorge beim pferdegestützten Coaching überflüssig war, erfuhr ich in einer Mail, die kurz vor dem Workshop, zu dem ich mich angemeldet hatte, eintraf. Der Titel lautete: „Fokus schaffen, Klarheit erlangen“. Es sollte darin um unsere momentane berufliche Situation gehen, um Motive und Strategien, die helfen, unseren Zielen näher zu kommen. Plus die Info: Es wird nicht geritten...

An einem Samstag fahre ich also um 8 Uhr morgens in die Kleine Reithalle des Reitstalls Ramcke (Hamburg-Sülldorf). Mit mir haben sich fünf weitere Frauen angemeldet. Wir setzen uns in einen Stuhlkreis in die Reithalle und werden von den beiden Coaches, Mareile Braun und Nico Lee Gogol, in den Ablauf des Tages eingeführt. Vormittags finden Interaktionen mit den Pferden statt, dazu Feedbackrunden mit den Teilnehmern, erfahren wir. Jeder Teilnehmer wird auf Video aufgezeichnet und von den beiden Coaches durch den Prozess geleitet. Am Nachmittag soll es dann darum gehen, das Erlebte in den Arbeitsalltag zu übertragen und wichtige Erkenntnisse für uns selbst zu sichern. Ich driftete etwas ab, denn das Licht in der Halle ist so schön an diesem Herbsttag, es riecht nach Landluft, Heu, Pferdeäpfeln und Kaffee, und ich fühle mich auf eine Weise geborgen, die mir ein bisschen peinlich ist.

„Pferde sind klar, wertfrei, haben keine Vorurteile und geben ihrem Gegenüber immer authentisches Feedback“, erklärt Mareile Braun, und Nico Lee Gogol fügt an: „Deshalb haben wir sie zu unseren Co-Coaches gemacht.“ Und weil bei Pferden innen wie außen ist, anders als bei uns Menschen häufig, spiegeln sie menschliches Verhalten unmittelbar und unverfälscht. Wow, das Pferd als Entwicklungshelfer der eigenen Persönlichkeit! Die beiden Co-Coaches werden hereingeführt, es sind zwei Wallache. Rasputin, ein neunjähriger Hannoveraner, und Carinjo, ein sechsjähriger Holsteiner. Kleine Jungs quasi. Dennoch bin ich ziemlich aufgeregt, als ich schließlich an der Reihe bin. Ich stelle mich vor die Gruppe und schildere nervös mein Thema:

„Also, ich bin mit meinem Job happy, aber setze mich auch nach siebzehn Jahren als freie Autorin noch immer völlig unnötig unter Zeitdruck. Ich kann dann nicht mehr klar denken. Das nervt mich.“ Die beiden Coaches hören aufmerksam zu und fragen, was ich mir von diesem Workshop erhoffe. Ich muss mein Ziel formulieren: „Unter erschwerten Bedingungen ruhig und fokussiert bleiben und die Dinge strukturiert erledigen. Ja, das ist es!“ Die beiden ziehen sich für einen Moment zurück. Ich stehe hilflos rum und denke: Mann, den Teil mit den erschwerten Bedingungen hättest du Esel dir doch echt sparen können! Zu spät. Mareile formuliert meine Aufgabe: „Baue



Erst mal werden Ziele formuliert, die man mit den Coaches auf vier Beinen beachtet

“  
Die Pferde kommen zu mir. Doch als Leitstute habe ich leider versagt

innerhalb von drei Minuten einen Parcours mit so vielen Stationen wie möglich!“ Und da ist sie wieder: die blanke Panik. Plus der Glaubenssatz, der mich unter Zeitmangel stets bombardiert: Das schaffst du nie!

Ich rase kopflos los, greife mir aus der Kiste flink zwei Kindertöpfchen, ein paar Seile, klemme mir noch drei Verkehrshütchen unter den einen Arm und mehrere Schwimnudeln unter den anderen. Konzept? Fehlanzeige. Einfach nur Herzerasen, Hektik und Schweißausbruch. Ich weiß nicht mal sicher, was ein Parcours ist. Und dann stehe ich verloren mit den beiden Wallachen in der Manege, die anderen draußen beobachten mich, und ich laufe mit Tunnelblick los, höre auf zu atmen, stelle die Kegel irgendwo planlos auf, ein paar Meter weiter werfe ich die Nudeln hin, aber währenddessen folgt mir Rasputin schon und schubst alles um, was ich gerade arrangiert habe. Ich

könnte heulen und werde wütend, bekomme immer mehr Angst vor den großen Tieren, die mich irritieren, ablenken, die nicht auf mich hören. Meine inneres Hü-Hott wird so schrecklich deutlich. Aber ich spreche auch nicht mit ihnen, ich renne vor ihnen weg, anstatt sie und die Aufgabe bei den Zügeln zu packen. Aber wo sind die denn, die Zügel? Ich habe einen völligen Blackout und weiß nicht mal mehr, wo ich diese Strippe, um sie durch den Parcours zu führen, befestigen soll. Die Pferde kommen auf mich zu, neugierig, was man auch als kooperativ bezeichnen könnte, sie wollen ja mitmachen, aber wissen überhaupt nicht, was ich von ihnen will, weil ich, die Leitstute, völlig versage. Bedrängt von ihrer körperlichen Präsenz laufe ich sogar rückwärts. Scheiße, ich bin eben kein Pferdemädchen, ich will hier raus! Ich rufe: „Sind die drei Minuten nicht schon längst um?“ Und dann resigniere ich, gebe mir nicht mal mehr Mühe, das hier irgendwie mit Grazie über die Bühne zu bringen. Drei Minuten sind ganz schön lang. Das ist das Erste, was mir auffällt, als ich wahnsinnig erleichtert wieder draußen bin. Meine Güte, was war denn das gerade? Ich stehe unter Schock. Es stellt sich raus, dass niemand gesagt hat: „So viele Stationen wie möglich.“ Und ich hatte auch eine Fünf- statt Dreiminutenfrist.

Der Trick sei ja gerade, möglichst wenig genau vorzugeben, erklären mir die Coaches danach. Aber weil ich im Inneren immer noch ein ehrgeiziges kleines Mädchen bin, wollte ich natürlich auf jeden Fall mehrere hübsche Stationen aufbauen. „Du hättest aber auch mit einem Pferdchen um eine einzelne Pylone spazieren können. Wäre auch okay gewesen“, sagt Mareile Braun trocken.

Mein eigener Perfektionsanspruch (die Supersuse macht das schon) in Kombination mit meinen inneren Widerständen (pfff, ich will nicht gefallen, will keine Ansprüche mehr erfüllen, ihr könnt mich alle mal!) und Zeitdruck (verdammte, das schaffe ich doch nie!) steht mir dabei nur immer eklatant im Weg. In diesen gefühlten drei Minuten habe ich so viel mehr über mich gelernt als in sämtlichen quälenden Therapiestunden zuvor: Die Hürde bin immer ich selbst im Leben.

Das Glück liegt für mich vielleicht nicht auf dem Rücken der Pferde, aber an diesem Morgen neben ihnen – mit ihren warmen Flanken und den schnaubenden Nüstern bin ich ihm ein großes Stück näher gekommen. ■

Mehr Infos über: [leebrown-coaching.com](http://leebrown-coaching.com)