

Hintergrundinformationen zum Seminar

Prof. Dr. Gabriele Thelen:

Authentische Kommunikation mit Pferd „Herr(in) der Situation: bin ich das? Wie werde ich es?“

Einführung

In Führungspositionen wird von uns heute erwartet, dass wir authentisch in unserem Führungsverhalten als Vorbilder fungieren, dass wir kommunikative Fähigkeiten mitbringen und Mitarbeiter fördern und motivieren können. Hierzu gehört auch angemessenes Verhalten in Konflikt- und Krisensituationen. Aufgrund unserer Lebensweise, zumindest in westlichen Industrienationen, gehört allerdings die Fähigkeit kooperativ und kommunikativ geschickt zu sein inzwischen in allen Bereichen zu den Basiskompetenzen, wenn man mit seiner Umwelt in Frieden leben möchte.

In schwierigen Situationen ist allerdings unerlässlich, dass wir uns auf unsere Selbsteinschätzung verlassen können. In Bezug auf unser Kommunikationsverhalten im Konflikt- oder Krisenfall heißt das, dass wir unser Anliegen vermitteln können, um die Situation selbstbestimmt und konstruktiv zu gestalten, präsent in der Situation agieren und nicht in die Defensive gedrückt werden, wo wir nur noch reagieren können.

Solche Situationen sind allerdings oft schwierig. Es fällt uns nicht immer leicht, aus unserer ganzen Kraft zu agieren. Wenn wir beispielsweise jemanden kritisieren müssen, eine unangenehme Nachricht überbringen müssen oder gar eine für den anderen vernichtende Nachricht mitteilen, ist es unerlässlich, dass wir in Kontakt mit uns selbst, aber auch der Befindlichkeit der anderen Person sind. Für diesen Fall heißt das, unsere Ängste zu kennen, zu bewältigen, den eigenen Stress in den Griff zu bekommen und mit der inneren Krise fertig zu werden, die u.U. die Situation auslöst. Ein empathischer Umgang mit uns und Kontakt mit dem anderen, ein Stück weit über uns hinauszuwachsen, ist in mancher emotional extremen Situation hierbei erforderlich und erfolgt häufig nicht automatisch. Sicher auch, weil eine (gesunde) Reaktion bei der Auslösung von Angst der Impuls ist, wegzurennen oder sich zu verteidigen. Beides ist in unseren hochkomplexen sozialen Geflechten häufig nicht die beste Reaktion, vor allem dann, wenn wir eine (Führungs-)Rolle übernommen haben.

Warum Pferde zur Unterstützung im Lernprozess zur Authentizität im Konfliktfall?

Nachweislich besitzen sowohl Pferde als auch Delfine eine positive Ausstrahlung, die unterstützen, dass Menschen sich emotional öffnen und somit neue Zugänge zu sich selbst schaffen. Besonders eindrücklich wird dies bei der therapeutischen Arbeit zwischen Autisten und Pferden oder Delfinen deutlich. Pferde stehen uns in unseren Breiten inzwischen sehr gut zur Verfügung. In den letzten Jahren der Beziehung Mensch/Pferd hat sich das Pferd vom verlässlichen Partner im militärischen Einsatz zum beliebten Freizeitfreund entwickelt. Immer mehr Menschen entdecken die Vorzüge, die ein Umgang mit Pferden bietet, weit entfernt vom Turniersport oder der Landwirtschaft. Dementsprechend wächst das Wissen, mit Pferden in Kooperationen erfolgreich zusammenzuarbeiten, und damit auch die Möglichkeiten, durch sie zu lernen. Hierbei hat sich das Wissen um die Physiologie, aber auch die Psyche der Pferde extrem erweitert und damit das Repertoire, welche Möglichkeiten es im Umgang mit Pferden geben kann.

Interdisziplinarität ist in diesem Bereich eine neue Entwicklung. So können wir heute Erkenntnisse, die in unterschiedlichen Bereichen gesammelt wurden, neu zusammensetzen und zeitgemäß aufarbeiten. Pferde als Co-Trainer in Seminaren einzusetzen, ist ein Ergebnis davon.

Wie können Pferde als Co-Trainer unterstützen? Sie sprechen doch eine ganz andere Sprache und funktionieren anders?

Menschen verfügen über entscheidende Unterschiede und ebensolche Gemeinsamkeiten.

Pferde sind Fluchttiere. Aus diesem Grund haben sie keine Ressentiments, in wirklich gefährlichen Situationen das Weite zu suchen. Sie können gut auf sich selber aufpassen und verfallen keinem falschen Altruismus (wie vielleicht wir Menschen).

Entscheidender für unsere Absicht im Seminar ist es jedoch, dass sie aufgrund Ihres Status / Spezi (Gejagte) sehr sensibel ihre Umwelt beobachten und

absolut treffsicher sind in der Einschätzung dieser- und insbesondere den Lebewesen um sie herum und dies deutlich rückmelden.

Menschen gelten als Raubtiere. Ob domestizierte Pferde sie wirklich als solche wahrnehmen, sei dahingestellt. Fakt ist, dass Pferde, wenn jemand auf ihren Rücken steigt, eigentlich den größten Widerwillen empfinden müssen, weil dort in der Regel der Angriff eines größeren Raubtieres erfolgte. Pferde folgen nur der Person, die sie auffordert, wenn diese als vertrauenswürdig und überzeugend empfunden wird.

Wenn sich Pferd und Mensch zum gegenseitigen Nutzen verbinden, dann treffen von der instinktiven Anlage extreme Vorsicht und Fluchtbereitschaft (Pferd) und extreme Vorsicht und Kampfwillen (Mensch) aufeinander. Wenn beide einander vertrauen, können sie von den Stärken des jeweils anderen profitieren. Menschen, die lange Beziehungen zu ein und demselben Pferd haben, kennen dies: Jeder sieht die Welt ein Stück weit durch die Augen des anderen und es entwickelt sich eine gemeinsame Form des Zusammenseins, die als sehr bereichernd empfunden wird.

Aber auch in kurzen Kontakten können Menschen und Pferde voneinander lernen und profitieren. Da Pferde ihre Umgebung „lesen“ und unempfänglich für Status und menschliches Imponiergehabe (sowohl Understatement als auch Überheblichkeit) sind, können Menschen durch die Pferde eine Rückmeldung bekommen, wie sie wirken. Zumindest in den essentiellen Gefühlen wie Akzeptanz, Überzeugung und Autenzität.

Demnach können Menschen in der Arbeit mit Pferden in verschiedenen Übungen überprüfen, ob das, was sie meinen zu vermitteln, auch wirklich ankommt. Wie fühlt es sich an, wenn man glaubt zu überzeugen, aber es nicht tut? Wieso misslingt die eine Strategie, aber eine andere funktioniert überraschenderweise? Der „Pferdecode“, der hierzu benötigt wird, wird Ihnen im Kurs für die jeweilige Situation mitgegeben.

So mit sich und seinen wahren Gefühlen in Kontakt zu kommen, ist die erfahrbare Möglichkeit bei der Begegnung mit einer anderen Spezies, die sich mit uns in Kontakt begibt und begeben möchte und dabei neugierig auf uns ist.

An welcher Stelle der Fortbildung zum Thema Konflikt- und Krisenkommunikation oder Führungskompetenz können Pferde mit Erfolg eingesetzt werden?

Tagesworkshop

Wenn Sie eine Führungskraft sind, können Sie in diesem Zusatzangebot Ihr Verhalten in Bezug auf Charisma, Überzeugungskraft überprüfen sowie u.U. den Umgang mit oft problematischen Gefühlen in einer Führungssituation im weitesten Sinne (Stress, Überforderung, Angst, Wut).

Tagesworkshop nach einem vorherigen 1- oder 2- Tages-Workshop

Im Rahmen meiner Seminare zum Konfliktmanagement und zur Krisenkommunikation ist dies ein Zusatz (ein Tag), wo wir nicht mehr menschliche Rollenspielpartner als Feedbackgeber haben, sondern Pferde, sozusagen „neutrale Außenstehende“, von denen wir erfahren, ob wir auch ggf. unter Druck oder bei Missverständnissen authentisch bleiben und ebenso erkennen, wo wir aufgrund von Stress zu Handlungen neigen, die uns eigentlich nicht weiter helfen, die Situation zu meistern. Der Aspekt „Führung“ und „Führungskompetenz“ wird hier als erweitertes Konzept hinzugenommen.

Was ist der Unterschied zu Rollenspielen mit anderen Menschen?

Pferde unterliegen nicht unserem sozialen Code. Sie sind sozusagen neutrale Außenstehende, die nicht auf unser Aussehen und unseren Status reagieren, wenn man so will: Sie lassen sich in keiner Weise blenden. Hier erfahren wir ein sehr schonungsloses und damit wertfreies Feedback, was erfahrungsgemäß die Teilnehmer noch mehr überzeugt und zum Nachdenken anregt, als Rückmeldungen der menschlichen Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Demzufolge müssen wir für unsere Kommunikation mit Pferd uns unseres Körpers und der Signale sehr bewusst sein und auch hier überprüfen, wie klar wir in unserer Haltung sind und diese auf unseren Körper übertragen. Der bekannte Experte für Körpersprache, Samy Molcho, formuliert treffend: Der Körper ist der Handschuh der Seele. Er spricht ununterbrochen, ob uns das bewusst ist oder nicht.

Hier liegt ein wesentliches Element zur effektiven Kommunikation: Ich weiß was ich sagen will und mein Körper drückt dies aus. Dies zusammen führt zur erfolgreichen Kommunikation.

Im Seminar werden wir einige Signale lernen, die wir brauchen, um dem Pferd unser Anliegen deutlich zu machen. Trotzdem werden wir auch erleben (können), dass diese Signale ohne die innere Einstellung oftmals erfolglos bleiben.

Was muss ich bei den Übungen mit Pferd beachten und was sollte ich über Pferde wissen?

Wir alle haben Stimmungen und Launen. Wir Menschen müssen diese aufgrund sozialer Konventionen bei uns oft übergehen. Hierbei blenden wir starke Gefühle aus, ohne uns der Konsequenzen bewusst zu sein (Depression, Erschöpfung, Angst) und funktionieren in unserem Alltag. Wenn ich mich einem Pferd nähere, sollte ich versuchen, ganz im Hier und Jetzt zu sein und den damit verbundenen Gefühlen Raum zu lassen.

Pferde reagieren sensibel, aber nicht panisch auf echte Gefühle. Pferde werden eher unruhig, wenn wir etwas vorgeben. Pferde führen uns daher dahin, ehrlich zu sein. Wenn sie in dieser Art und Weise versuchen die geschützten Übungen durchzuführen, ist es kein Problem. Innehalten. Versuchen. Die Situation neu betrachten. Das ist es, was wichtig ist. Jeder Zeit kann der Trainer Sie unterstützen.

Wenig ist sichtbar und viel passiert. Das ist eine Erfahrung, die ich vor vielen Jahren das erste Mal gemacht habe. In der Welt der Pferde funktioniert zunächst vieles anders, als bei uns Menschen. Pferde sehen die Welt anders, folgen in ihrer Rasse anderen archetypischen Bildern, mit denen wir uns, wenn wir wollen, verbinden können (vgl. Kovanov, Linda, Das Tao der Pferde, Wuwei, 2004).

Pferde sind unglaublich nachsichtig, da sie so sehr im Hier und Jetzt leben. Sie verzeihen alles. Sie kämpfen und leiden im Moment. Auch an den Menschen. Und dann sind sie nie nachtragend. Das ist ein Problem für sie, da sie so leicht dauerhaft ausgebeutet werden können (vgl. Thiel, Ulrike (2007), Die Psyche des Pferdes, Kosmos.). Wir gehen daher respektvoll mit ihnen um. Die Pferde, die sich als Co-Trainer zur Verfügung stellen, tun dies gerne. Es ist auch eine

Chance für sie, keinen sehr langweiligen Koppelalltag zu haben. Pferde bekommen so etwas zum Denken sowie Abwechslung und Erfahrungen, die sie, so wie wir, zur Zufriedenheit brauchen: Auch sie sind Vertriebene aus dem Paradies. Und auch sogar dann, wenn sie in kleinen Herden leben können, kann das nicht den Alltag in einer Steppe oder freien Wildbahn ersetzen. Trotzdem brauchen wir kein Mitleid mit ihnen zu empfinden. Pferde leben immer im Moment und haben keine Angst vor dem Tod. Das erspart vielleicht den Stress, den wir uns oft machen, wenn wir es nur mit Mühe schaffen, im Hier und Jetzt zu bleiben. Pferde können uns dabei helfen, in jedem Moment wir selbst zu sein. Auch im Stress. Und sie lehren uns, dass man auch mal abhauen darf!