

Pferdegestütztes Paar-Coaching – Wie Paare durch den Kontakt mit Pferden einen neuen Zugang zu- einander finden

Bettina Jellouschek-Otto

Zusammenfassung

Die Autorin ist Transaktionsanalytikerin (CTA) und systemische Paartherapeutin und stellt ein von ihr selbst entwickeltes Modul vor, innerhalb dessen sie Paartherapie und pferdegestütztes Coaching miteinander verbindet. Sie erläutert, warum Pferde Experten für Beziehungsklärung sind, und beschreibt die besonderen Lerneffekte für das Paar, wenn die Partner zunächst einzeln und dann zu zweit den Pferden begegnen. Veranschaulicht durch Fallbeispiele werden TA- und systemische Konzepte vorgestellt, mit denen die Autorin den Paaren dazu verhilft, ihre Konfliktmuster zu analysieren und neue Handlungsoptionen zu erarbeiten.

Soeben finde ich eine Antwort in meinem E-Mail-Postfach vor: „Danke für Ihre Informationen, aber an Paartherapie mit Pferd haben wir kein Interesse!“ Ich kann mir das befremdete Gesicht des Verfassers vorstellen und finde es auch nachvollziehbar, dass es auf den ersten Blick nicht sehr einleuchtend ist, warum sich Paare in der Krise auch noch mit Pferden auseinandersetzen sollen. Warum jemand das Risiko eingehen sollte, sich womöglich als beziehungsunfähig zu outen: „Kein Wunder, dass seine Frau ihn schwierig findet – selbst das Pferd läuft vor ihm davon!“ Und dann wird alles auch noch auf Video aufgenommen und bis ins Kleinste analysiert. „Nein danke, analysiert fühle ich mich schon genug!“

So gesehen erstaunt es mich selbst immer wieder, dass so viele Paare Interesse zeigen und sich der Herausforderung stellen. In den drei Jahren, seit ich pferdegestütztes Paar-Coaching anbiete, haben ca. 25 Paare (mit steigender Tendenz) daran teilgenommen und die Rückmeldungen, die

ich nach 2-3 Monaten einhole, sprechen sich ohne Ausnahme (!) für diese Methode aus. Die Anliegen, die sie vorbringen, reichen von chronifizierten Konfliktmustern langjähriger Beziehungen bis zu hochakuten Krisen wegen Untreue eines Partners.

Vor ca. fünf Jahren kam ich in Kontakt mit dem Ansatz pferdegestützter Persönlichkeitsentwicklung. Meine Begeisterung für Pferde, mit denen ich seit der Kindheit in Kontakt bin, sowie meine langjährige Profession als Einzel- und Paarberaterin konnten also eine fruchtbare Verbindung miteinander eingehen. Von Anfang an faszinierten mich die Möglichkeiten zur Selbstreflektion, die Pferde als Gegenüber bieten. Erste Versuche mit Paaren verliefen sehr positiv. Ich entwickelte ein spezielles Modul für Paar-Coaching und nannte es „*Systemisches pferdegestütztes Paarcoaching*“ (SPPC). Dieses Modul biete ich als Impulseinheit vor Beginn einer Paartherapie oder auch anstelle einer Paartherapie an (wobei immer das Angebot besteht, nach Ablauf des Moduls in die konventionelle Paartherapie bei mir einzusteigen). SPPC umfasst sieben Termine à 90-120 Minuten. Zwei davon finden in der Reithalle oder in einem Outdoor-Arbeitsviereck mit jeweils zwei Pferden statt, die restlichen fünf sind Gesprächssitzungen in meiner Praxis. Hier werden die Videoaufnahmen aus den Pferde-Terminen analysiert und daran anknüpfend findet der Transfer der Erkenntnisse in den Alltag der Paare statt. Bei den Pferde-Terminen können zwei, maximal drei Paare teilnehmen. Die fünf Praxis-Termine sind dem einzelnen Paar vorbehalten. Sie gruppieren sich um die Pferde-Termine herum. Ein Vorgespräch mit Anliegenklärung und ein Abschlussgespräch mit Zusammenfassung der Erkenntnisse und Planung der nächsten Veränderungsschritte sind obligatorisch. 2-3 Monate nach Abschluss des Moduls führe ich eine schriftliche Nachbefragung durch, um die längerfristige Wirkung der Methode zu überprüfen.

Warum Pferde?

Pferde sind soziale Wesen, die über eine differenzierte Kommunikationsfähigkeit verfügen. Sie bilden in Gruppen eine klare Rangordnung, die nur selten über echte Kämpfe, sondern über ständig ausgetauschte, für den Beobachter kaum wahrnehmbare Signale entsteht. Pferde sind in höherem Maß als Menschen auf gelungene Kooperation angewiesen. Als Herdentiere und nicht-territoriale, nicht jagende Beutetiere muss bei ihnen ständig klar sein, wem die Herde im Fluchtfall folgt und in welcher Reihenfolge.



Die Schwächsten müssen von den Starken geschützt werden. Die ganze Herde muss ständig wachsam sein. Gefühlsäußerungen einzelner Herdenmitglieder müssen wahrgenommen werden- was Einfühlung verlangt – und in Hinblick auf Informationen über eine mögliche Gefährdung analysiert werden. Sonst würde die Herde bei jedem ängstlichen Schnauben eines Herdenmitgliedes in alle Himmelsrichtungen auseinanderstieben und Raubtiere hätten mit den versprengten Pferden leichtes Spiel.

Die Leittiere der Pferdeherde zeichnen sich vermutlich dadurch aus, dass sie in Konfrontationen oder bei Gefahr „die Nerven bewahren“. Dadurch erzeugen sie Vertrauen bei den anderen Herdenmitgliedern. „Entscheidend ist aber auch der Wille des einzelnen Tieres zu führen und die Bereitschaft, sich darüber auseinander zu setzen“ (Kolzarek & Lindau-Bank, 2011, S. 40). Die Rangfolge ist aber nicht ein für alle Mal festgeschrieben, sondern wird ständig neu ausgehandelt. Dieses System der ständigen Klärung der Rangordnung garantiert, dass, wenn ein Leittier krank, verletzt oder auch nur müde ist, sofort ein anderes Pferd seine Rolle übernimmt und die Herde wieder sicher ist.

Was passiert, wenn sich Mensch und Pferd begegnen?

Begegnen sich Menschen und freilaufende Pferde in einem abgeschlossenen Bereich, entsteht aus Sicht der Pferde eine neue Herde, die wieder die Frage nach der Rangordnung aufwirft: Wer folgt wem? Wer schützt wen im Ernstfall? Funktionieren wir gemeinsam als Herde? Die Feinfühligkeit, mit der Pferde auf Unausgewogenheit und Unklarheit reagieren, mache ich mir bei „Coaching mit Pferd“ zunutze. Ich arbeite nur mit Pferden, die ihr Leben lang im Herdenverband gelebt haben und geschult darin sind, den Menschen wohlwollend gegenüber zu treten.



Wie läuft „Coaching mit Pferd“ ab?

Das Arbeitsviereck ist unterteilt in einen Menschen-Bereich und einen Pferde-Bereich. In letzterem (10 m × 15 m) befinden sich zwei Pferde, die frei laufen können und damit auch frei sind in der Kontaktaufnahme mit dem Menschen. Sie können auf den Menschen, der sich ihnen nähert zugehen oder sich abwenden oder einfach nur warten, bis der Mensch ihnen gegenüber steht. Die Klienten halten sich vorwiegend im Menschen-Bereich auf und gehen nur einzeln oder paarweise mit konkreten Aufgabenstellungen zu den Pferden hinein. Die Wartenden beobachten, was vor sich geht und geben Rückmeldungen zu dem, was ihnen aufgefallen ist. Eine Videokamera ist zusätzlich im Einsatz. **Die erste Aufgabenstellung** ist immer gleich und soll einzeln absolviert werden: „Gehen Sie zu den Pferden hinein und nehmen Sie zu jedem Pferd Kontakt auf. Danach kommen Sie wieder heraus.“ **Meine Fragen an die Akteure** im Anschluss an die Übung sind etwa folgende: „Wie ist es Ihnen ergangen? Welche Gefühle haben Sie bewegt? Was war für Sie schwierig? Wie haben Sie darauf reagiert?“ Fragen an den beobachtenden Partner und die übrigen Teilnehmer sind: „Was hat Sie erstaunt? Was hat Ihnen besonders gefallen? Was haben Sie bei den Pferden beobachtet?“

Schon die erste, vermeintlich sehr einfache Aufgabe eröffnet ein großes Themenfeld: Wie erleben es zum Beispiel die Klienten, wenn die Pferde von sich aus auf sie zukommen? Die Interpretationen reichen von „freundliches Interesse an meiner Person“ bis zu „die wollen mich testen, ob ich Angst habe“. Oder wie interpretieren es Klienten, wenn die Pferde nur kurz schnuppern und dann weggehen? Aussagen wie: „Ich bin nicht inte-

ressant“ oder auch: „Die Pferde laden mich ein, mitzugehen“ können die Paare anregen, über innere Attributionen und deren Zusammenhang mit Missverständnissen zu reflektieren. Auch die Kontaktaufnahme selbst, die meistens über Streicheln und Klopfen des Pferdes erfolgt, kann sehr verschieden erlebt werden: „Ich habe gespürt, dass er (das männliche Pferd) das genossen hat und sie (das weibliche Pferd) war dann gleich eifersüchtig und wollte auch was haben.“ Individuelle Handlungsstrategien können deutlich werden: „Ich habe meine Streicheleinheiten ganz gleichmäßig verteilt, damit keines der Pferde sich benachteiligt fühlt“. „Beide Pferde sind mir sehr nahe gekommen – es war schwierig, sie auf Abstand zu halten“. Sehr oft findet schon in dieser Anfangsphase, manchmal eingeleitet durch meine Frage: „Kennen Sie diese Thema aus ihrem Paar-Alltag?“, der erste Transfer in die Paarbeziehung statt. Grundbedürfnisse der einzelnen Partner werden deutlich: Abgrenzung, Selbstbestimmung, Gerechtigkeit, Nähe, Gesehen-Werden, Vertrauen, Sich-Anschließen um nur einige zu nennen. Den Paaren wird so über das „Medium“ Pferd ermöglicht, sich ihre unterschiedlichen Bedürfnisse gegenseitig deutlich zu machen.

Mit *Konzepten der Transaktionsanalyse* (Grundpositionen, Skript-Überzeugungen, Antreiberverhalten) kann ich in den folgenden Gesprächssitzungen die individuellen Anteile verdeutlichen, die die Partner jeweils in die Paarbeziehung einbringen und mit denen sie die ungute Dynamik des Miteinanders befördern. Diese eigenen Anteile zu erkennen und die Verantwortung dafür zu übernehmen – ein entscheidendes Etappenziel der Paartherapie – gestaltet sich auf dem Hintergrund der Pferde-Begegnung sehr viel einfacher, als in konventionellen Paartherapien. Die Reaktionen der Pferde sind objektivierbar und die Versuche des Menschen erscheinen angesichts der Geduld und des Wohlwollens der Pferde in einem wärmeren Licht als im Gegenüber mit dem Partner/der Partnerin.

Beispiel für den Lerneffekt der pferdegestützten Arbeit in Hinblick auf ein häufiges Paar-Konfliktfeld: Immer wieder erlebe ich es als eine der Ursachen für Paar-Konflikte, dass gegensätzliche Bedürfnisse – zum Beispiel das Bedürfnis nach Nähe und Geborgenheit beim einen und das Bedürfnis nach Selbstbestimmung und Abgrenzung beim anderen – von den Partnern als jeweils gegen sich gerichtet empfunden werden. Vorwürfe wie: „Du bist so klammernd und willst mich bevormunden!“ oder auf der anderen Seite: „Du entziehst dich mir – ich bin dir wohl lästig!“ sind die Folge. Diese Interpretationen wiederum erzeugen negative Gefühle und schließlich auch gegen den anderen gerichtete Handlungen. Im Zusammenhang mit Pferden können diese Interpretations-Reflexe hinterfragt werden. Daraus erwächst die Erkenntnis bei den Klienten, dass derjeni-

ge, dem ein Hang zur Bevormundung vorgeworfen wird, eben „nur“ ein starkes Bedürfnis nach nahem Kontakt und häufiger Vergewisserung in der Beziehung hat. Und auf der anderen Seite wird bei demjenigen, dem unterstellt wird, dass er sich entziehen will, wertfrei betrachtet das Bedürfnis nach eigenem Raum und nach Selbstbestimmung deutlich. Gleichzeitig werden die aufgrund der zentralen Bedürfnisse entwickelten Stärken offenbar: Die Fähigkeit Nähe herzustellen und zu erhalten auf der einen Seite und die Fähigkeit, für Rückzugsraum und eigene Autonomie sorgen zu können auf der anderen Seite. Beide Fähigkeiten sind grundlegend für eine lebendige und bezogene Partnerschaft.

Auf diesem Weg über den Umgang mit Pferden kann ein Paradigmenwechsel erreicht werden, der aus den eingespielten Interpretationsmustern bezüglich des Verhaltens der Partner die negativen Wertungen umschreibt.

Ein Paar drückte es in seiner Rückmeldung nach Abschluss des Moduls so aus: „Unser Umgang miteinander ist leichter geworden. Das liegt wohl daran, dass wir das, was der andere sagt oder tut, eher so sehen können, dass es mal grundsätzlich *gut gemeint* ist. Auch wenn es vielleicht anders rauskommt.“ Hier wird – mit dem *TA-Konzept der Grundpositionen* gesprochen – aus Nicht-OK-Haltungen eine OK-OK-Haltung. *Durch die erlebnisorientierte Form der Erfahrung wird diese zentral bedeutsame Veränderung auch im limbischen System (Gehirnregion, die der Verarbeitung von Emotionen dient) abgespeichert: Der nahe Hautkontakt, der Geruch, die Geräusche, die archaischen Elemente von „Aufgenommen-Sein in der Herde“, „Ich vertraue und folge Dir“, „Du interessierst mich als Du (nicht als Professor, Unternehmerin, Künstler, etc.).*

Die Videoanalyse bietet die Möglichkeit zur Verknüpfung von Selbstbild und Fremdbild: „So sehe ich aus, wenn ich entschieden/unsicher/ängstlich usw. bin.“ Dadurch wird es möglich, die Körperbewegungen und Körpersprache gezielt zu verändern. Dazu schreibt Maja Storch, die die Wechselwirkung von Körper und Psyche, das Embodiment, erforscht hat: „Zu jeder intellektuell entwickelten Strategie gehört das entsprechende Embodiment, wenn sie erfolgreich sein soll. Der Mensch, der Selbstmanagement-Strategien ausschließlich über das Denken umsetzen will und den Körper dabei vergisst, riskiert sein persönliches Scheitern“ (Storch et



al., 2011). Über die Rückmeldeprozesse des Körpers an das Gehirn, das Body-feedback, kann nach Storch das psychische System nicht nur durch rationale Erkenntnis, sondern auch durch das Körpergeschehen – Body-feedback – beeinflusst werden.

Um das Lernen über das Body-feedback zu ermöglichen, bauen meine Aufgabenstellungen aufeinander auf. Zum Beispiel zum Thema „Grenzen setzen/Positionen behaupten“: Die Teilnehmer lernen zunächst, die Pferde von dem Platz, auf dem sie stehen, zu vertreiben (mit Hilfe einer Gerte, an der ein Stück Flatterband befestigt ist. Das Rascheln des Flatterbandes bringt die Pferde in Bewegung). Dieses „Vertreiben“ wird mit zunehmendem Schwierigkeitsgrad wiederholt, sodass die Teilnehmer ausprobieren können, wie sie ihre Energie einsetzen müssen, damit das Pferd zwar weicht, aber nicht mit Angst oder Abwehr reagiert. *Die Üben-den spüren den Zusammenhang zwischen der Reaktion der Pferde, ihrer körperlichen Präsenz und der Klarheit ihrer Bewegungen. Die Pferde reagieren unmittelbar auf jede Aktion und zeigen, wann die Signale des Menschen für sie klar und bezogen genug sind.* Auch hierzu die Rückmeldung eines Klienten: „Mir ist aufgefallen, dass ich, wenn ich mich von meiner Frau kritisiert fühle, ziemlich aggressiv reagiere. So etwa wie den Pferden gegenüber, als ich sie am Anfang so heftig vertrieben hatte, um nur sicher zu sein, dass sie mich ernst nehmen. Ich habe nun meiner Frau gegenüber versucht, in eine weichere, gelassener Haltung zu gehen, ohne meine Position aufzugeben. Das hat erstaunlicherweise geklappt und auch geholfen.“

Auch hier bietet es sich an, mit dem *Konzept der Antreiber von Taibi Kahler* (1977) die neuen Erfahrungen einzuordnen: Dieser Klient – ich nenne ihn Christoph – steht sowohl im Beruf, wie im Privaten unter dem Druck des Antreiberverhaltens *sei perfekt*. Das hat zur Folge, dass er jede Kritik persönlich nimmt (ich habe mich doch so sehr angestrengt und es soll immer noch nicht genug sein!) und sich heftig dagegen wehrt – um sich hinterher noch mehr anzustrengen. Mit Hilfe des Antreiber-Konzeptes und der Rückmeldung der Pferde, die in der Arbeit mit ihm überaus hohe Anspannung zeigten, konnte er erkennen, wie sehr er sich selbst und damit auch andere unter Druck setzte. „Es würde nie genügen!“, sagt Christoph nachdenklich auf meine Frage, was die Pferde denn hätten zeigen müssen, damit es für ihn gut gewesen wäre. Wenn er sich dagegen die Erlaubnis gibt: „Ich darf mein eigenes Maß finden. Ich darf Fehler machen und daraus lernen“, kann er im (Beziehungs-)Alltag gelassener seine Position vertreten und kritische Hinweise seiner Frau positiver aufnehmen.

Das bis hierher Beschriebene bezieht sich auf die individuellen Erkenntnis- und Lernprozesse der Klienten. **Eine weitere Aufgabenstellung fokussiert die Analyse und Veränderung der negativen Paardynamik.**

Hierzu ein Fallbeispiel: *Andrea und Matti kommen miteinander nicht mehr weiter. Seit Beginn ihrer Beziehung vor 15 Jahren wirft Andrea Matti vor, keine Initiative für die Beziehung und für die Familie zu übernehmen (die beiden haben zwei Kinder im Alter von 13 und 10 Jahren). Alle Ausflüge und Paarzeiten müsse sie planen. Ihm schein das nicht wichtig zu sein. Inzwischen seien die Kinder groß genug, um auch mal am Abend allein bleiben zu können. Aber sie habe schon gar keine Lust mehr, irgendetwas zu organisieren. Jetzt sei er dran! Matti kontert: Er habe die Erfahrung gemacht, dass seine Vorschläge von Andrea sehr oft abgeschmettert würden. Er wolle sich auch nicht so langfristig festlegen lassen, sondern lieber spontan entscheiden. Aber er sei durchaus bereit, bei allem mitzumachen, was sie sich ausdenke. Worauf Andrea schnaubt: „Du machst es dir ganz schön einfach! Wenn ich auch so denken würde, würden wir keinen Schritt mehr aus dem Haus kommen.“ Und so ergibt sich daraus ein sich steigrendes Hin und Her, dann Abbruch des Kontaktes, ohne dass eine Veränderung oder Lösung erreicht worden wäre. Weil sich dasselbe Muster in ihrer Sexualität wiederholt und Andrea nun auch dort keine Initiative mehr übernehmen will, ist die Partnerschaft in eine ernste Krise geraten.*

Um eine solche Beziehungsdynamik wie bei Andrea und Matti zu beleuchten, habe ich eine spezielle Aufgabenstellung entwickelt, die vom Paar gemeinsam absolviert wird. Die Aufgabe für das Paar: Gemeinsam ein Pferd durch den Parcours zu bewegen. Einziges Hilfsmittel: ein Halsring. Das ist ein versteiftes, ringförmig geknotetes Seil, das dem Pferd über den Kopf gestreift wird und am Hals zu liegen kommt. Mit ihm kann das Pferd, sofern es kooperiert, geführt werden. Im Vergleich zum Halfter, das am Pferdekopf anliegt, bietet der Halsring weniger Einwirkungsmöglichkeiten. Das Pferd soll über mehrere auf dem Boden liegende Stangen treten, eine Gasse zwischen zwei Holzgattern passieren und einige im Abstand aufgestellte Hütchen (Pylonen) im Slalom durchschreiten. Einer der Partner bekommt den Halsring und wird das Pferd führen, der/die andere soll bei der Lösung der Aufgabe „behilflich“ sein. Es darf nicht gesprochen werden. Verständigung über Handzeichen ist erlaubt.



Welche Intention verfolge ich mit dieser Aufgabe? Das Thema dieser Aufgabe ist die Fähigkeit bzw. Bereitschaft zum „Führen und Folgen“. Inwiefern kann sich jeder in beide Anforderungen einfinden. *Prämisse ist, dass in der Partnerschaft und überhaupt in jeder funktionierenden Beziehung zur positiven Qualität von „Führen“ eine Balance zwischen Bezogenheit auf den Partner einerseits und dem Willen zur Zielerreichung andererseits gehört. Entsprechend lege ich auch eine positive Qualität von „Folgen“ zugrunde, nämlich in der Balance zwischen Hingabe und Eigenständigkeit.*

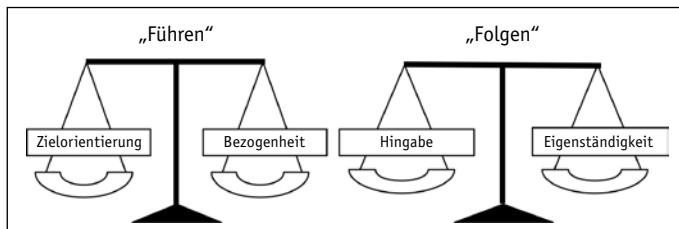


Abbildung: Führen und Folgen als Balancemodell (© Bettina Jellouschek-Otto)

Was heißt das konkret? Ohne Bezogenheit (also Einfühlung in den Partner und die Bereitschaft zur Adaptation des eingeschlagenen Weges, wenn vom Partner Widerstand kommt) wird „Führen“ zum sturen Sich-Durchsetzen/„Kopf durch die Wand“. Ohne den Willen zur Zielerreichung dagegen wird die Führung zu vage, zu beliebig. Der Partner bekommt keine klare Botschaft.

„Folgen“ dagegen braucht die Bereitschaft zur Hingabe, man kann es auch als positive Anpassung bezeichnen. Wer in diesem Sinne „folgt“, erklärt sich mit seiner Rolle (in dieser Situation) einverstanden und gibt es auf, mitbestimmen zu wollen. Dazu muss der „Folgende“ aber auch eine eigenständige Entscheidung zugunsten des gemeinsamen Zieles übernommen haben.

Das heißt auf den Beziehungsalltag übertragen: Jede Art von Initiative des einen Partners, die von der eingespielten Alltagsroutine abweicht und einer zustimmenden oder ablehnenden Reaktion des anderen Partners bedarf, führt dann am ehesten zu gemeinsamen tragfähigen Vereinbarungen, wenn die genannten Eigenschaften Bezogenheit und Zielorientierung sowie Hingabe und Eigenständigkeit handlungsleitend sind. *Das Thema „Führen und Folgen“ ist demnach bedeutsam für alle Planungen des*

Paares oder der Familie, für Sexualität, Haushaltsorganisation, Entscheidungen über berufliche Wege usw. Konfliktmuster entstehen hier meistens als Folge von Unausgewogenheiten in den Qualitäten des Führens und Folgens.

In unserem Fallbeispiel ist nun zu vermuten, dass Matti zu wenig Bezogenheit zeigt und Andrea dadurch das Gefühl bekommt: „Der zieht sein eigenes Ding durch“, und Andrea reagiert darauf mit Betonung ihrer eigenen Entscheidungen. Die Hingabe tritt bei ihr in den Hintergrund.

Was geschieht, als Andrea und Matti die Paar-Aufgabe mit den Pferden lösen? Als Matti den Halsring hat, versucht Andrea, Matti dazu zu bewegen, Jona, das Pferd ihrer Wahl zu nehmen, um es durch den Parcours zu führen. Als Matti jedoch Viktor, das andere Pferd nimmt, bleibt Andrea zurück, folgt ihm in größerem Abstand. Sie nähert sich Matti auch nicht, als der offensichtlich Mühe hat, Viktor durch die Gasse zu führen. Matti hingegen führt sein Programm mit Viktor durch, ohne auch nur ein Mal mit Andrea Blickkontakt aufzunehmen.

In der Reflektion wird deutlich: Andrea fällt es schwer, hilfreich zu sein, wenn Matti „nicht auf mich hört“ und seine eigene Entscheidung trifft. Matti dagegen rechnet gar nicht damit, dass Andrea ihn unterstützt: „Ich habe sie gar nicht mehr wahrgenommen“. Nun wechseln die beiden. Andrea nimmt den Halsring und entscheidet sich ebenfalls für das Pferd Viktor. Matti geht fast auf gleicher Höhe auf der anderen Seite des Pferdes mit. Jona folgt der Gruppe. Vor den Stangen macht Viktor halt. Andrea zieht energisch am Halsring, aber ohne Erfolg. Jona, die ranghöhere Stute, lenkt Viktor ab. In diesem Moment tritt Matti entschieden voran über die Stangen. Viktor folgt.

Diesen Moment hebt Andrea in der Reflektion deutlich hervor: „Das war so schön, als du voran gegangen bist. Da habe ich mich so sicher gefühlt!“ Matti reagiert erstaunt: „Ich wusste gar nicht, dass du unsicher warst“.

Wichtige Erkenntnis des Paares: Andrea erkennt, dass sie ihre Unsicherheit mit Dominanz überspielt. Matti erkennt, dass er zu wenig den Kontakt zu Andrea hält. Er überspielt seine Unsicherheit mit distanziertem Verhalten, um sich vor Misserfolg zu schützen. Der Moment, als Matti voran gegangen ist, war für ihn ein „Erfolgserlebnis“. Und er konnte mit dieser Erfahrung und ihrer „Verankerung“ im Körper in der nächsten Zeit auch im Paar-Alltag öfter „voran gehen“ und Initiative zeigen, während Andrea ihm ihre Unsicherheit in verschiedenen Situationen offener zeigen konnte und auch eher bereit war, sich seiner Führung anzuschließen.

Fazit

Solche und ähnliche Erfahrungen mache ich in dieser Arbeit immer wieder. Darum ist Pferde-gestütztes Coaching mit Paaren für mich ein faszinierender Teil meiner Arbeit geworden. Mit Erstaunen stelle ich dabei fest, wie die Klienten in der Begegnung mit diesen sensiblen Tieren bereit werden, ihre jeweils eigenen Anteile an Paar-Konflikten zu sich zu nehmen, daran zu arbeiten und damit wirklich effektive Wege aus ihren Konfliktmustern in der Beziehung zu finden.



Literatur

- Kahler, T. (1977). Das Miniskript. In: Barnes, G. et al. (Hrsg.), *Transaktionsanalyse seit Eric Berne*, Bd. 2 (S. 91-132). **Verlagsort: Verlag????**
- Kolzarek, B. & Lindau-Bank D. (2011). *Mit Pferden lernen. Pferde als Kommunikationsmedium: Motivieren, Ziele setzen, Führen, Entschieden* (S. 40). Berlin: LIT.
- Storch, M., Canieni, B., Hüther, G. & Tschacher, W. (2011). *Embodiment* (S. 63). Karlsruhe: Huber.