



Foto: zvg

Mensch und Pferd im Austausch

Es sind keine Aufgaben zu lösen und auch keine Geräte vorhanden – Caroline Wyss lässt die beiden Akteure einfach aufeinander zugehen. Wie der Mensch ans Pferd herantritt und das Pferd auf den sich nähernden Menschen reagiert, zeigen der Psychologin den Weg fürs Coaching auf.

text **Thomas Frei**

Wer mit Mensch und Pferd zusammenarbeiten will wie Caroline Wyss, muss die Zweibeiner ebenso gut kennen wie die Vierbeiner. Pferde waren in ihrem Leben schon früh ein wichtiger Teil, Menschen rückten ins Zentrum ihrer beruflichen Tätigkeit nach einem Bachelor in Psychologie. So war es wohl nur eine Frage der Zeit, bis Caroline Wyss das Pferd zu ihren Arbeitspartnern machte: «Pferde verfügen über

Qualitäten, die sie für meine Arbeit mit Menschen zum idealen Partner machen. Sie sind authentisch und üben eine enorm starke Wirkung aus.»

Die Wirkung der Pferde auf uns Menschen ist unbestritten. Weil Pferde im Menschen starke Emotionen wecken, eignen sie sich fürs Coaching besonders: «Emotionen sind für uns ganz wichtig. Und können diese übers Pferd neu entdeckt und entwickelt werden, ist das sehr wertvoll.» Aber

nicht immer ganz einfach, wie sie aus Erfahrung weiss: «Beim Coaching mit Pferden lässt sich eine Qualität erreichen, wie das in Gesprächen kaum möglich ist. Es kann aber auch zu Situationen kommen, die für Klienten heikel werden können oder sie vor Freude in Tränen ausbrechen lassen.»

Nachdem Caroline Wyss während Jahren für Unternehmen als Consultant gearbeitet hatte und unter anderem im Sozialbereich viel Erfahrung sammelte, sorgte eine Fernsehsendung über Coaching mit Pferden für die Neuausrichtung. Berufsbegleitend trat sie eine zweijährige Zusatzausbildung zur Spezialistin für pferdegestütztes Coaching an und schloss mit einem Diplom als Coach, Persönlichkeitstrainerin und Erwachsenenbildnerin ab. Das Logo ihrer im freiburgi-

schen Düdigen ansässigen Firma «Sonora – Coaching with Power» zeigt denn auch einen Pferdekopf und drückt die spezielle Ausrichtung aus. Für ihr Coaching setzt sie auf ihre eigenen Pferde. Es sind Warmblüter, einer von ihnen war einst kaum mehr reitbar. Doch auch dieses Pferd hat das Vertrauen zum Menschen wiedergefunden und lässt sich problemlos als Coaching-Partner einsetzen.

Sonora bietet pferdegestütztes Coaching für Institutionen, Unternehmen und Private an in Deutsch, Französisch und Englisch – «Pferdisch» inklusive. Für Institutionen wie die IV werden Menschen in Krisensituationen oder bei einem beruflichen Wiedereinstieg betreut. Das Pferd spiegelt unverfälscht unser Verhalten und unsere Befindlichkeit, was den Weg oft abkürzt. Pferdegestütztes Coaching sei Selbstreflexion, Eigen- und Fremdwahrnehmung werden erkannt und die Sozialkompetenz gefördert.

Dank ihrer Zusatzausbildung kann Caroline Wyss zusammen mit ihrer Mitarbeiterin Cornelia Roulet die gängigen Beratungs- und Trainingsmodelle mithilfe von Pferden ergänzen. Cornelia Roulet, welche ihre Ausbildung in der Academy for Coaching with Horses in den USA absolviert hat, lässt ihr Wissen aus dem NLP-Master mit einfließen. Dadurch können auch Gruppen angesprochen werden. Für Teamentwicklung und Leadership-Trainings kann dieses Angebot in Kader-Unternehmen enorm hilfreich sein, unbewusste Dynamiken in kur-

Vorteile eines pferdegestützten Coachings

Die nach aussen gerichteten Antennen machen für Caroline Wyss das Pferd zum idealen Partner im Coaching. Wissenschaftliche Untersuchungen in England zeigten, dass Pferde aus unseren Gesichtern ablesen können, in was für einem Gemütszustand wir uns befinden. Pferde nehmen bei uns absolut wertfrei wahr, was sie im Hier und Jetzt bei uns erkennen. Sind wir eine Gefahr oder kann man uns vertrauen? «Diese Begegnungen liefern mir ein unmittelbares Feedback über den Zustand eines Menschen», erklärt sie dazu. Und fügt mit einem Schmunzeln an: «Es ist immer wieder amüsant zu sehen, zu was für lustige Sachen Pferde imstande sind!»


Pferdegestütztes Coaching empfiehlt sich für Caroline Wyss

- zum Erkennen der eigenen Ressourcen,
- zur Steigerung der Sozialkompetenz,
- zur Analyse der Potenziale,
- zum Training des Durchsetzungsvermögens,
- zur Auseinandersetzung mit Eigen- und Fremdwahrnehmung und
- zur Lösung von Blockaden und Steigerung des Selbstbewusstseins.

zer Zeit aufzuzeigen und positive Veränderungsprozesse einzuleiten.

Das Angebot richtet Sonora nicht explizit auf Menschen in Krisensituationen aus. Ein Coaching vermag Menschen auch vor einem Burnout oder Absturz zu bewahren. «Leider gibt es, wie mir meine Arbeit zeigt, sehr viele schlechte Chefs, die grossen Druck ausüben», lässt Caroline Wyss wissen. «Zusammen mit meinen Pferden kann ich erreichen, dass meine Kunden gesund bleiben. Doch dazu brauchen wir eine Balance. Eine Frühintervention lässt erkennen, was beispielsweise vor einem Burnout mit uns passiert. Ich arbeite am liebsten mit gesunden Menschen, um zu verhindern, dass sie krank werden.» Geeignet seien pferdegestützte Coachings auch für Reiterinnen und Reiter, die auf dem Pferd

Angst haben oder sich nicht durchsetzen können. Es wird ihnen geholfen, sich mental zu stärken und Vertrauen zu gewinnen.

Pferdecoaching löst Probleme nicht einfach auf, schafft aber Rahmenbedingungen und ist die Plattform für Hilfe zur Selbsthilfe. «In der Begegnung mit dem Pferd», gibt Caroline Wyss zu verstehen, «wird der Mensch auch mit sich selber konfrontiert. Was von aussen zu beobachten ist, lässt bei mir dann Fragen aufkommen. Die Antworten muss man sich dann selber geben.» Aus der Arbeit mit dem Pferd haben die Teilnehmenden persönlichkeitsbildende Erkenntnisse zu ziehen und daraus nach Lösungen zu suchen, diese zu finden und instinktiv oder intuitiv ergebnisorientiert das Richtige zu tun. 



Pferde sind beim Coaching von Caroline Wyss die starken Partner. Sie vermögen Emotionen zu wecken und sind stets absolut authentisch. (oben links)

Pferdegestütztes Coaching wird sehr oft auch für die Teamentwicklung in Unternehmen angewendet. (links)

Begegnungen zwischen Mensch und Pferd vermögen sehr schnell Veränderungsprozesse einzuleiten. (rechts)