

Weil Pferde einen „sofort nackig“ machen

Persönlichkeitsentwicklung und Teambuilding auf dem Reitplatz: Jana Abing bietet tiergestütztes Coaching in Anikum an

Anika Becker

Die Arbeit mit Pferden ist im therapeutischen und heilpädagogischen Kontext schon lange etabliert. Warum also nicht die Mensch-Tier-Beziehung auch für ein Coaching zur Persönlichkeitsentwicklung nutzen?, findet Jana Abing aus Anikum-Westerholte: Sie setzt ihr Pferd Sunny als Co-Coach ein. Zuletzt hatte sie Schüler der Grundschule Ueffeln zu Gast.

„Manchmal muss man neue Wege gehen, um herauszufinden, was will ich wirklich und wer bin ich?“, sagt Jana Abing. Eine Erkenntnis, zu der sie vor allem ihr eigener Werdegang führte. Und auf der nun ihr pferdegestütztes Coaching fußt.

Die Anikumerin arbeitete viele Jahre als Wirtschaftsingenieurin bei einem Konzern in der Autoindustrie. Eigene gesundheitliche Probleme brachten sie dazu, tiefer in sich hineinzuhören: „Der Kopf sagt, ich habe einen sicheren Job, aber mein Herz hat mir immer gesagt: Nein. Meine Arbeit hat mein Herz nicht berührt.“ Jana Abing spürte vor knapp anderthalb Jahren, dass die Zeit für eine Veränderung gekommen war.

Dass der berufliche Neuanfang ausgerechnet ein Coaching mit Pferden für die Persönlichkeitsentwicklung werden würde, hat noch einen anderen Hintergrund:



Ein Coaching-Team: Jana Abing und ihr Pferd Sunny.

Foto: Anika Becker

Jana Abing ist seit dem Kindesalter eine Pferdenärrin. Schon früh bekam sie ihr erstes eigenes Pony, begeisterte sich für den Reitsport und hielt selbst Pferde, seit sie denken kann. Inzwischen grenzen Stall und Koppel direkt an ihr Wohnhaus in Anikum-Westerholte.

Als eine ihrer alten Stuten nach sieben Jahren bei anderen Besitzern schließlich zu ihr zurückkam, wertete Jana Abing das als Signal, mit ihren eigenen Tieren zu arbeiten. „Obwohl meine drei Ställe am Haus belegt waren, hab ich Frieda zu uns

zurückgeholt. Das muss einfach etwas zu bedeuten haben“, erklärt Jana Abing ihre Gedanken. Sie beginnt die Ausbildung zum pferdegestützten Coach in Bassum, die sie im vergangenen Jahr abschloss. Mit der Hilfe ihrer Pferde Salomé, Scotty, Frieda und Sunny möchte sie nun anderen helfen, den für sich richtigen Weg zu finden.

Selbstsicherheit und der Umgang mit Ängsten

Das kann die Stärkung der Selbstsicherheit sein, der Umgang mit Stress oder die

Beschäftigung mit eigenen Ängsten. Pferde können den Menschen schon aus weiter Ferne lesen und spiegeln seine Gefühlslage in ihrem Verhalten wider, so Jana Abing. Diese Fähigkeit macht sich die Pferdehalterin zu Nutzen. Und weiter: „Wo Therapien manchmal auch sehr lange brauchen, Dinge offenzulegen, macht ein Pferd das sehr viel direkter und macht einen sofort nackig.“ Gleichwohl ist ihr natürlich bewusst, dass ihre Arbeit mit Pferd und Klient kein Ersatz für eine Therapie ist.

Weil sie selbst aus dem

Konzernwesen kommt, „habe ich direkt an Führungskräfte und Teambuilding gedacht“, als sie sie ihre Idee für das Coaching entwickelte. Aber auch Kinder könnten von dem Ansatz profitieren, sagt Abing. Zuletzt hatte sie Kinder der dritten und vierten Klasse der Grundschule Ueffeln für ein Coaching bei sich an der Reitanlage. Dort hat sie das alte Heulager am Reitplatz zu einer Art Freiluft-Seminarraum umfunktionierte.

Die Pferde sind bei den Coaching-Sitzungen einfach nur Pferde. Sie hören auf

ihre Instinkte und spüren die Energie der Menschen, erklärt Abing. Ihr Angebot richtet sich zwar vornehmlich an Führungskräfte in Unternehmen, einen reitenden Anzugträger bekommt man dort trotzdem nicht zu sehen. Denn das Reiten ist nicht Teil einer Sitzung, und auch Erfahrungen im Umgang mit den Tieren sind nicht erforderlich.

Stattdessen stellt Coachin Jana Abing eine Aufgabe, die Pferd und Mensch gemeinsam bewältigen müssen und mit der die Anliegen der Klienten aufgearbeitet werden. Dabei werden sie gefilmt. Das Video wiederum setzt Abing anschließend in einem Reflexionsgespräch ein, um Muster und Verhaltensweise sichtbar zu machen. Sie erzählt: „Die Klienten können in den Videos so viel über sich selbst im Umgang mit dem Pferd ablesen.“

Pferde hören auf Instinkte – und lesen Menschen

Doch nicht nur die Pferde können uns Menschen lesen. Bei erfahrenen Pferdehaltern, wie Jana Abing eine ist, funktioniert das Prinzip auch umgekehrt. „Ich kenne meine Pferde, ich weiß daher auch immer, wie weit kann ich etwas laufen lassen und wann muss ich dazwischen gehen“, erklärt sie. Die Pferde dürfen bei Jana Abing einfach so sein, wie sie sind. Das möchte sie auch für ihre Klienten bewirken.