

Bauch statt Kopf

WORKSHOP Antje Liebe hilft Menschen, mehr über sich selbst zu erfahren. Warum sie dafür Pferde als Begleiter einsetzt.

VON RITA KUNZE

ATHENSTEDT/MZ - Neugierig kommt Galdina vom anderen Ende der Koppel heran. Sie schaut den Besuch für einen Moment aufmerksam an, dann geht sie wieder ihrer Wege. Die elf Jahre alte Stute hat jetzt Freizeit. An anderen Tagen hilft sie Menschen dabei, mehr über sich selbst zu erfahren, Stärken und Schwächen zu erkennen - ganz unmittelbar und ohne Vorurteile.

Coaching mit Pferden nennt man das, was Galdinas Besitzerin Antje Liebe in Athenstedt anbietet - in Kursen unter anderem auch bei der Kreisvolkshochschule Harz. „Persönlichkeitsentwicklungsseminare“ heißen sie dort, und in ihnen geht es beispielsweise darum, authentisch aufzutreten, Stärken zu entdecken und zu erleben, Grenzen zu setzen und einzuhalten oder sich selbst die Frage zu beantworten, wie gut man mit anderen Menschen zusammenarbeiten kann.

Viele Jahre hat Antje Liebe, die aus Wernigerode stammt, als Informatikerin gearbeitet. Dann habe sie ihre Tätigkeit „menschlich nicht mehr weitergebracht“. Sie suchte etwas Neues und hörte von dieser Art Coaching. Das passte gut, denn mit Pferden war sie von klein auf vertraut. Und sie wollte zurück in den Harz. Also lernte sie noch einmal neu und absolvierte bei der Firma „horsense“ eine Ausbildung zum pferdegestützten Coach. In Athenstedt, wenige Kilometer hinter Halberstadt, hat sie ihren Platz gefunden - mit Koppel, Stall, Halle und Reitplatz.

Aufs Pferd muss in ihren Kursen niemand. Die Teilnehmer bekommen stattdessen Aufgaben gestellt, die sie mit den Tieren gemeinsam lösen sollen. Neben Galdina gibt es dafür auch die achtjährige Minnja. „Ich lasse die Leute zuerst in die Halle gehen und sich mit den Pferden vertraut machen“, sagt Antje Liebe. Bei den Aufgaben „geht es nicht um richtig oder falsch.“ Es geht vielmehr um das, was bei den Männern und Frauen im Kopf vorgeht. Das wird hinterfragt - und zunächst einmal sichtbar durch die Reaktion der Pferde: „Das sind Fluchttiere. Wenn sie überleben wollen, müssen sie ihrem Instinkt blitzschnell vertrauen“, erklärt die Trainerin. Das bedeutet, dass Pferde Körpersprache sehr schnell sehr genau deuten können. „Das Feedback der Tiere kommt sofort“, sagt Antje Liebe. „Und sie reagieren bei jedem anders. Pferde



Antje Liebe mit ihren Pferden Galdina (links) und Minnja in Athenstedt.

FOTO: RITA KUNZE

denken nicht strategisch, sondern reagieren nur auf das, was ihnen im Moment vom Menschen angeboten wird.“ Diese Interaktion von Mensch und Pferd werde gefilmt und anschließend ausgewertet, in Einzel- wie Gruppenseminaren. Die anderen sollen aber keine „Fehlerrückmeldung“ sein, sondern sagen, was sie gut gefunden haben. „Bei der Auswertung gibt es kein ‚du hast‘, ‚du soll-

test‘ oder ‚aber‘“, sagt Antje Liebe, „ich lege viel Wert darauf, dass es ein wertschätzendes Feedback gibt.“ Deswegen werde gefragt: Warum ist der Teilnehmer gerade so vorgegangen und nicht anders? Bei der Arbeit mit den Tieren sollen die Menschen „vom Kopf ins Fühlen kommen“, erklärt sie. Und lernen, ihren Instinkten zu vertrauen - also auf das Bauchgefühl zu hören.

Wer so ein Coaching mitmacht, geht in der Regel allein in das mit Bändern abgesperrte Areal zu den Pferden. Manchmal begleitet Antje Liebe aber auch Menschen, die sich das nicht trauen, um ihnen den Rücken zu stärken. „Ich sehe darin kein Versagen. Diese Menschen holen sich Unterstützung und fragen nach Hilfe.“ Das sei positiv - vor allem in einer Zeit, in der viele unter dem zunehmenden Leistungsdruck leiden würden - oder sich auch selbst unter Druck setzen.

Ein Wundermittel ist das Coaching mit Pferden freilich nicht: „Ich liefere Denkanstöße - eine komplette Lösung kann ich nicht liefern. Ich will etwas anstoßen, aber Veränderungen brauchen auch Zeit, sie müssen auch in den Alltag integriert werden.“

„Pferde denken nicht strategisch, sondern reagieren nur auf das, was ihnen im Moment vom Menschen angeboten wird.“

Antje Liebe
Coach