MIT PFERDESTÄRKEN

Frauen stärken

Traue ich mir als Frau zu wenig zu? Zieht mein Team mit mir an einem Strang? Tanzen mir meine Kinder auf der Nase herum? Oder bin ich „einfach unverbesserlich"? Was diese Fragen mit anmutigen Vierhufern zu tun haben, durfte die Verfasserin dieser Zeilen testen.

Text: Petra Kinzl *Fotos:* Heli Mayr, privat

Penta Stable, Michaelsnbach. Ein Hauch von Leder und frischem Stroh hängt in der Luft. Längst haben die friedlich grasenden Pferde ihre feinen Antennen ausgefahren, doch davon ahne ich noch nichts. Eveline Doll empfängt mich mit offenen Armen, wachsam flankiert von Pudelmischling Lino. Heute soll es um ein spezielles Thema gehen: Wie können Frauen von „Horse-Assisted Coachings" – wie es im Fachjargon heißt – profitieren? Wie ihre persönlichen Stärken ausloten?

Instinkt und Körpersprache

„Nach dem Coaching wird vieles klarer sein", scheint die Kommunikationsexpertin meine Gedanken zu lesen. Wie wahr! Seit mehreren Jahren arbeitet die ehemalige ORF-Moderatorin, die vielen aus dem Fernsehen bekannt ist, in ganz Österreich als Business- und Persönlichkeitscoach mit ihren geliebten Vierbeinern. Und ist damit ihrem Instinkt gefolgt. Instinkt, der spielt auch bei Pferden eine entscheidende Rolle, wie ich bald herausfinden werde. Außer dass ich als kleines Mädchen die majestätischen Tiere in Büchern angehimmelt und eine Schnupperwoche im Reitstall einer Verwandten verbracht habe, besitze ich keine einschlägigen Kenntnisse. Muss ich auch nicht. Meine aufgesetzte Coolness und Gelassenheit verfliegen schnell, als mir die Mehrfach-Mama von zwei Töchtern, drei Pferden, zwei Katzen und einem Hund die Zügel von „Chocolate Dream" in die Hand drückt und nickt. Einen süßen Namen hast du ja, aber bist du auch wirklich so folgsam, wie du aussiehst? Das große Tier flößt mir dann doch Respekt ein. Mit einer Videoaufzeichnung bin ich einverstanden. Die Aufgabenstellung klingt erst einmal wie ein Kinderspiel, der Hund steckt aber wie so oft im Detail. Bei der Bewältigung des Hütchenparcours spaziere ich noch frisch und munter dahin, das erhabene Tier in die Mitte zweier Schranken zu weisen, gelingt auch gerade noch – „Hurra!", schreit die innere Stimme – doch plötzlich stehe ich unerwartet mit meinem Latein am Ende: Wo ist nur der Rückwärtsgang meiner Anvertrauten? Eine unerwartete Hürde. Ertappt. Einige Anlaufversuche, Wendemanöver und Hilfeschreie später gelange ich schließlich ans ersehnte Ziel.

Selbsterkenntnis und Aha-Erlebnisse

Welche Rückschlüsse sich von dieser Lektion auf meine Persönlichkeit machen lassen, wie ich in bestimmten Situationen zu Lösungen gelange und wo meine Stärken und Schwächen liegen, analysiert Eveline, die sich als fabelhafte Dolmetscherin zwischen Mensch und Tier erweist, mit mir im anschließenden Coaching-Gespräch. „Pferde lesen die Körpersprache", klärt mich die Expertin auf. Sich selbst besser kennenzulernen und damit besser nach außen zu wirken, darum gehe es in ihren Coachings. Dabei variieren die Aufgabenstellungen je nach Typ und Problemstellung. Aus der Analyse leitet die Trainerin individuelle Übungen und Verhaltenstipps für ihre Klienten ab. Aha!

Sattelfest im Job und Privat

Die Erkenntnis des Tages: Es geht darum, mit dem Pferd klar, konsequent und trotzdem partnerschaftlich zu agieren. Das Pferd muss den Besitzer immer als Führungsperson akzeptieren, getragen von Respekt und Vertrauen. Dann sind wir sattelfest, ob im Beruf oder privat. Danke, „Choci", mein Coach. Du hast mir die Augen ein Stück weit geöffnet.

„SAGE ES MIR, UND ICH WERDE ES VERGESSEN. ZEIGE ES MIR, UND ICH WERDE ES VIELLEICHT BEHALTEN. LASS ES MICH TUN, UND ICH WERDE ES KÖNNEN."

Konfuzius

FRAUEN IN FÜHRUNGSPOSITION

Drei Fragen an Eveline Doll, Business- und Persönlichkeitscoach

Warum profitieren besonders Frauen von dieser Art des Pferdecoachings?

Frauen stellen oft ihr Licht unter den Scheffel. Meine Erfahrungen in Horse-Assisted Coachings zeigen mir immer wieder, welch tolle Stärken Frauen für verantwortungsvolle bzw. Führungsaufgaben mitbringen und wie wenig sie sich dabei zutrauen.

Das Pferd ist ein Herdentier, wo sich eine Leitstute um das Wohlergehen der Gruppe kümmert. Sollten sich Frauen gerade deshalb mehr zutrauen?

Richtig! Gerade mit Empathiefähigkeit, Sozialkompetenz und emotionaler Intelligenz können Frauen punkten. Bei den Coachings mit den Pferden kann man nicht schummeln oder faken – da ist wahre, authentische Kommunikation gefragt. Denn Pferde sind feinfühlig und ehrlich.

Welche Botschaft haben Sie an Frauen mit Führungsverantwortung?

Haben Sie Mut zu einer authentischen Art der Mitarbeiterführung. Finden Sie Ihren eigenen Stil. Und stellen Sie klare Regeln auf.

Zur Person

Ihr Ansporn ist die Liebe zu den Pferden und zu den Menschen. Eveline Doll lebt gemeinsam mit den zwei Töchtern und ihren „Bremer Stadtmusikanten" – drei Pferden, zwei Katzen und einem Hund – in Grieskirchen. Ausbildungen unter anderem in England nach der Methode des bekannten Pferdeflüsterers Monty Roberts und der Trainerin Linda Wellington pflastern ihren Weg als Pferdetrainerin und Horse-Assisted Coach.

Infos unter: www.solid-partners.at

GEWINNSPIEL

Die GRIESKIRCHNERIN verlost ein halbtägiges Einzelcoaching mit Videos und Fotos sowie Nachcoaching im Wert von 650 Euro. Das Gewinnspiel finden Sie auf unserer Webseite www.grieskirchnerin.at. Die Gewinner werden per E-Mail verständigt.