

4. SEPTEMBER 2024



PFERDEGESTÜTZTES COACHING ALS  
METHODE DES SYSTEMISCHEN  
COACHINGS  
DAS PFERD ALS COACHINGPARTNER

MÜLLENMEISTER, JANINA

## Inhaltsverzeichnis

1.	Einleitung.....	2
2.	Was ist systemisches Coaching?.....	2
2.1.	Die Bedeutung von „System“.....	2
2.2.	Welche Arten von Systemen gibt es?.....	2
2.3.	Die Arbeit im systemischen Coaching.....	2
3.	Pferdegestütztes Coaching als Methode des systemischen Coachings.....	3
4.	Positive Wirkung von Pferden auf Menschen.....	3
4.1	Positive Effekte des pferdegestützten Coachings.....	4
4.2	Feedback und Selbstreflexion.....	5
5.	Übung zu Selbstwirksamkeitserwartung im pferdegestützten Coaching.....	6
6.	Grenzen des pferdegestützten Coachings.....	7
7.	Fazit.....	8
8.	Literaturverzeichnis.....	9
9.	Abbildungsverzeichnis.....	9

# 1. Einleitung

Der Inhalt dieser Arbeit befasst sich mit dem Thema, wie das Pferd als Coachingpartner im systemischen Kontext fungieren kann und erklärt im Wesentlichen, wie pferdegestütztes Coaching als Methode im systemischen Coaching Anwendung finden kann. Darüber hinaus stellt die Autorin dieser Arbeit eine Übung vor, um die Arbeit mit dem Pferd zu verdeutlichen. Aufgrund der vorgegebenen Seitenanzahl wird sich dabei auf eine Übung beschränkt. Da Pferde im Leben der Autorin eine entscheidende Rolle spielen und sie in Zukunft sehr gerne selbst als systemischer Coach mit dem Pferd als Coachingpartner arbeiten möchte, liegt der Fokus dieser Verfassung auf der positiven Wirkung von Pferden im Kontext des systemischen Coachings und darauf, welche Arten von Übungen mit dem Pferd durchgeführt werden können. Bevor jedoch näher darauf eingegangen wird, was systemisches Coaching ist, werden zunächst die allgemeinen Bedeutungen des systemischen Coachings beschrieben.

## 2. Was ist systemisches Coaching?

### 2.1. Die Bedeutung von „System“

Unter einem System wird, in der systemischen Beratung und Therapie, eine Summe von Einzelteilen verstanden, die miteinander in Beziehung stehen. Diese Einzelteile bilden durch ihre Interaktion wiederum ein Ganzes, das losgelöst zu seiner Umgebung steht (Werner & Sanderink, 2024).

### 2.2. Welche Arten von Systemen gibt es?

Wie oben bereits definiert, ist jedes System (das kann zum Beispiel eine Familie sein) ein aus mehreren einzelnen Elementen, den sogenannten Subsystemen (beispielsweise Eltern, Kind, Geschwistersystem), bestehendes Ganzes und zeitgleich ein Teil von größeren Systemen (zum Beispiel Wirtschaftssystem, erweiterte Familie, Gemeinde) (Becker-Textor & Dr. Textor, 1999).

Ein System verfolgt das Ziel seiner Ganzheit, indem es auf der einen Seite seine Bestandteile einbezieht und zu einer Einheit verbindet, und auf der anderen Seite sich von größeren Systemen abgrenzt und für sich steht. Durch die Verbundenheit der einzelnen Subsysteme und der größeren Systeme können diese nicht unabhängig voneinander verstanden werden (Becker-Textor & Dr. Textor, 1999).

### 2.3. Die Arbeit im systemischen Coaching

Nach der Deutschen Gesellschaft für systemische Therapie, Beratung und Familientherapie e.V. (2024) ist Coaching eine abgewandelte Form der Prozessberatung im beruflichen Kontext. Dabei werden verschiedene Bereiche wie die Organisation selbst, die unterschiedlichen Rollen und Funktionen innerhalb der Organisation, Personen und ihre individuellen Persönlichkeiten in den Fokus genommen. Dabei soll erreicht werden, dass sich der Klient sein individuelles Vorhaben als auch seine persönlichen Kompetenzen vor Augen führt und bewusst macht. Gleichzeitig spielen die

Anforderungen des Unternehmens an ihn eine Rolle und sollen ebenso reflektiert werden und eine Integration ermöglichen (Beilfuß, 2024).

Was am Ende eines erfolgreichen Coachings erreicht werden soll, bestimmt der Klient ausschließlich selbst. Neben beruflichen Themen können auch persönliche Konfliktsituationen, die den Klienten in seinem Denken und Handeln einschränken, im Rahmen eines Coachings bearbeitet werden. In der Arbeit im systemischen Coaching geht es also darum, die Selbstorganisationsfähigkeit des Coachees wiederherzustellen (Beilfuß, 2024).

### 3. Pferdegestütztes Coaching als Methode des systemischen Coachings

Pferdegestütztes Coaching gehört der Kategorie „tiergestütztes Coaching“ an und repräsentiert die Interaktion zwischen Pferd, Mensch und der Persönlichkeit (Schütz, 2022). Dadurch, dass das Pferd den Menschen und seine Emotionen spiegelt, kann der Coach verschiedene Themen analysieren. Der Coachee benötigt für das pferdegestützte Coaching keine Erfahrung im Umgang mit den Tieren und auch das Reiten spielt dabei keine Rolle. Entsprechend dem Thema vom Coachee durchläuft dieser mit dem Pferd einen Parcours und wird dabei vom Coach oder auch von weiteren Teilnehmern beobachtet. Der Coach als Beobachter kann Defizite oder auch Potenziale analysieren und mittels situationsabhängiger Fragetechniken das Thema vertiefen. Die beobachteten Verhaltensweisen sowie die Interaktion mit dem Pferd werden nach dem Coaching mit dem Coach reflektiert und auf den Alltag übertragen (Schütz, 2022). Die mitgebrachten Themen von einem Klienten können unterschiedlich sein und von beruflichen und privaten Themen wie Führungs- oder Kommunikationsverhalten, setzen von Grenzen bis hin zu Selbst- und Fremdwahrnehmung reichen. Wie auch im klassischen Coaching bezieht sich das mitgebrachte Thema des Klienten auf eines oder mehrerer Systeme, in denen er sich bewegt, und das Pferd kann als unterstützende Variable eingesetzt werden.

Da die gesamte Situation, ein Pferd und somit ein fremdes Wesen, durch einen Parcours zu führen, für die meisten Klienten sehr neu ist, ist es daher nicht möglich ein bestimmtes Verhalten im Vorfeld einzustudieren und die neue Persönlichkeit Pferd sehr gut kennenzulernen. Da Pferde nonverbal kommunizieren, gilt es, sich auf die Situation einzulassen und die Aufgaben mit dem unbekanntem Partner gemeinsam zu bewältigen (Schütz, 2022).

### 4. Positive Wirkung von Pferden auf Menschen

Neben Pferden können auch noch andere Tierarten, wie zum Beispiel Delfine, Hunde oder Vögel, einen positiven Effekt auf Menschen haben (Schütz, 2022). Da sich diese Arbeit auf Pferde konzentriert, wird insbesondere dieses Tier in den Fokus genommen.

Im psychotherapeutischen Bereich ist beobachtet worden, dass dem Menschen die Kommunikation in der Anwesenheit eines Tieres leichter fällt und er sich somit dem Therapeuten oder Coach mehr öffnet. Über das Pferd wird Vertrauen aufgebaut, welches sich auf den Coachee übertragen kann. Darüber hinaus können Pferde die

positive Wirkung erzielen Angst, Stress oder eine innere Anspannung zu reduzieren. Da Pferde größtenteils nonverbal kommunizieren und ihre Emotionalität sowie ihr sofortiges Reaktionsvermögen wichtig sind, lassen sich mit ihnen Kommunikationsprobleme gut bearbeiten. Sie helfen dem Coachee, im Hier und Jetzt zu sein und sich auf die eigenen Emotionen zu konzentrieren. Für die Pferd-Mensch-Beziehung ist es unabdinglich, ausschließlich in der Gegenwart zu bleiben, da das Tier direkt auf kleinste Veränderungen des Menschen reagiert. Daher werden in der Arbeit mit Tieren keine vergangenheits- oder zukunftsorientierten Fragen gestellt. Darüber hinaus können durch die Zusammenarbeit mit dem Pferd Ressourcen herausgearbeitet und verstärkt werden (Schütz, 2022).

#### 4.1 Positive Effekte des pferdegestützten Coachings

Nach Kathrin Schütz (2022) haben Pferde in der Bearbeitung verschiedenster Themen eine positive Wirkung auf Menschen. Dabei kann es um das Führungsverhalten, Selbstvertrauen oder um das Kommunikationsverhalten gehen. Außerdem können Pferde die positive Wirkung haben, Stress beim Menschen zu senken und sich emotional zu öffnen und dadurch ebenso handlungsfähiger zu werden. Ebenso ist festgestellt worden, dass Menschen, die mit Pferden zusammenarbeiten, zu einer höheren Selbstachtung und zu einer gesteigerten Kontrolle neigen (Schütz, 2022).

Weitere positive Effekte des pferdegestützten Coachings sind, dass der Coachee erfährt, wie er verbal beziehungsweise nonverbal kommuniziert. Das Pferd gibt ihm unmittelbar Feedback und daher wird das Tier auch oft als Spiegel des menschlichen Verhaltens bezeichnet. Der Coachee ist also während des gesamten Coachingprozesses damit beschäftigt, sich selbst zu reflektieren. Dem Pferd gelingt das besonders gut, da es durch Trainings, Sozialisierungen als auch durch Wiederholungen an Interaktionen mit Menschen gelernt hat, menschliche Signale zu lesen.

Der Verhaltensforscher und Veterinärmediziner Dr. Klaus Zeeb berichtet ebenso darüber, wie das Pferd den Menschen spiegelt (Sanders, 2004-2024). Pferde sind dazu in der Lage, noch die kleinsten Zeichen der menschlichen Körpersprache zu lesen, über die sich die Menschen selbst nicht bewusst sind. Sie bemerken sehr schnell, in welcher emotionalen Verfassung sich ihr menschlicher Kooperationspartner befindet und erkennen, ob er mit seinen Gedanken bei der Sache ist oder dabei ist, gedanklich abzuschweifen. Ist eine Person mit den Gedanken woanders, gibt sie die Hilfen nur noch ungenau und das Pferd ist unsicher darüber, was von ihm verlangt wird. Das kann dazu führen, dass sich das Pferd dem Menschen überlegen fühlt und gegebenenfalls die Rangordnung hinterfragt. Ab diesem Punkt kann es sehr schwierig werden, die Rangordnung wieder herzustellen und als Mensch die Führung zu übernehmen (Sanders, 2004-2024). Dank der sehr ehrlichen Rückmeldungen der Pferde und dank ihrer nonverbalen Kommunikation fühlen sich Klienten emotional angesprochen und für das Tier verantwortlich (Schütz, 2022). Durch das Spiegeln ergeben sich Ideen für Denk-, Gefühls- oder Verhaltensmuster und der Coach hat die Möglichkeit, Rückschlüsse zu ziehen und für den Coachingprozess zu nutzen. Am Ende einer Coaching-Session lassen sich die Beobachtungen des Coaches und gegebenenfalls weiterer Teilnehmer sowie die Wahrnehmung des Klienten in einem Gespräch analysieren und durch eine Videoaufzeichnung genauer betrachten (Schütz, 2022).

## 4.2 Feedback und Selbstreflexion

Feedback geben ist im pferdegestützten Coaching ein zentrales Element, egal ob es vom Pferd oder vom Coach gegeben wird (Schütz, 2022). Erst durch die nonverbale Kommunikation des Pferdes entsteht eine Interaktion zwischen Menschen und Pferden. Das Tier gibt dem Coachee, noch während er handelt, eine Rückmeldung zu seinem Verhalten und im Anschluss erfolgt das Feedback durch den Coach. Mittels einer Videoaufzeichnung, welche am Ende einer Coachingeinheit analysiert wird, kann die Selbstreflexion, die vom Coach angeleitet wird, untermauert werden.

Die Selbstreflexion ist ein Prozess und regt den Klienten an, über sich und sein Handeln nachzudenken. Im Falle einer ergebnisorientierten Selbstreflexion hat der Coachee die Möglichkeit, Klarheit über seine Bedürfnisse zu erlangen und zudem können durch Feedback Lernprozesse angeregt werden (Schütz, 2022).

Der Coach beobachtet das Verhalten der Pferde, gibt dem Coachee eine Rückmeldung und lässt dabei seine Beobachtungen und sein Feedback in den Coachingkontext einfließen. Wichtig ist, dass die Rückmeldungen als auch die Beobachtungen auf den Alltag übertragbar sind. Dies stellt der Coach sicher, indem er vom Coachee neue Erkenntnisse der Situation durch gezielte Fragetechniken ziehen lässt. An dieser Stelle ist wichtig zu erwähnen, dass die Beobachtungen und Erkenntnisse immer im Kontext zu Menschen und Themen der Klienten stehen und nicht die Interaktion der Pferde untereinander im Fokus steht (Schütz, 2022).

Die Selbstreflexion und Übertragung auf den Alltag kann mithilfe positiver Glaubenssätze ermöglicht werden. Im psychotherapeutischen Umfeld wird viel mit negativen Denkmustern gearbeitet, eine Möglichkeit, die sich auch auf das Coaching übertragen lässt. Zunächst werden negative Denkmuster festgestellt und mittels gezielter Fragetechniken sorgt der Coach dafür, dass der Klient diese in Frage stellt und somit zielführende Gedanken erarbeitet und eingeübt werden können (Schütz, 2022). Das lösungsorientierte als auch das ressourcenorientierte Arbeiten spielt somit im pferdegestützten Coaching eine zentrale Rolle.

## 5. Übung zu Selbstwirksamkeitserwartung im pferdegestützten Coaching

Im Folgenden wird zur Veranschaulichung eine Übung aus dem pferdegestützten Coaching beschrieben. Wie auch bei Coachingsitzungen ohne Pferd richtet sich die Intervention an das Thema des Coachees. Die folgenden Zeilen beschreiben eine Übung anhand des Themas Selbstwirksamkeitserwartung.

Bevor näher auf die folgende Übung zur Selbstwirksamkeitserwartung eingegangen wird, möchte die Autorin an dieser Stelle darauf hinweisen, dass im pferdegestützten Coaching verschiedene Übungen durchgeführt werden können, zu dem benannten Thema als auch zu vielen weiteren Themen. Aufgrund der begrenzten Seitenanzahl dieser Arbeit beschreibt die Autorin nur eine Übung, und zwar die Übung „Power Posing“.

Eines haben alle Übungen gemeinsam, und zwar steht immer im Mittelpunkt die klare Kommunikation des Pferdes sowie die Vermittlung von Vertrauen des Coachees (Schütz, 2022). Vertraut ein Pferd seinem Führer nicht, verweigert es gegebenenfalls die zu bewältigende Aufgabe, indem es zum Beispiel vor einer Plastikplane stehen bleibt. Als Fluchttiere überprüfen Pferde immer, ob der Mensch vertrauenswürdig genug ist, um es durch eine unbekannte Situation zu führen. Wie bereits des Öfteren erwähnt, ist im Anschluss die Reflexion des Coaches wichtig (Schütz, 2022).

In der Zusammenarbeit mit dem Pferd zeigt sich, wie eindeutig die führende Person kommuniziert und wie gut das Pferd sie versteht. Die richtige Regulierung zwischen Druck und Nachgeben, damit das Pferd stehen bleibt, sich in Bewegung setzt oder weiter geht, spielt dabei eine entscheidende Rolle. Wie auch im Alltag gilt es hier, das richtige Maß zu finden und einzusetzen. Auch sind systemgestützte Fragen seitens des Coaches sehr wichtig, mithilfe dieser er den gesamten Coachingprozess steuert und die teilnehmende Person oder Personen zur Selbstreflexion angeregt werden (Schütz, 2022). Auf der einen Seite decken die Fragen die erlebte Situation ab und auf der anderen Seite schaffen Sie einen Transfer auf den Alltag und somit auf das mitgebrachte Thema des Coachees. Alle Übungen werden mit einer Videokamera aufgezeichnet, um diese am Ende zu analysieren und einen Abgleich zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung vornehmen zu können (Schütz, 2022).

Der aufgebaute Parcours kann auch zu mehreren Gruppenteilnehmern oder auch mit mehreren Pferden absolviert werden. Dabei ist es wichtig, nicht nur auf die Kommunikation untereinander zu achten, sondern vor allem auch auf die des Pferdes oder der Pferde (Schütz, 2022). Dabei wird darauf geachtet, in welche Richtung sich bewegt wird, wie die Abstände eingehalten werden und in welchem Tempo der Parcours durchlaufen wird. Dabei wird wieder auf die Interaktion zwischen dem Menschen und dem Pferd geachtet und durch systemische Fragen seitens des Coaches auf den Alltag übertragen (Schütz, 2022).

In der im Folgenden beschriebenen Power Posing Übung wird mit inneren Bildern und einer entsprechenden Körperhaltung gearbeitet. Außerdem werden vier Pylonen in einem Abstand von zwei bis drei Metern in einer Reihe aufgebaut, die der Coachee mit dem Pferd umrunden soll. Damit am Ende der Übung ein Abgleich zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung stattfinden kann, wird am Ende der Pylonen Reihe eine Kamera aufgebaut, um die Übung auf Video aufzunehmen (Schütz, 2022). Wie bereits erwähnt, wird bei dieser Übung mit inneren Bildern und unterschiedlichen Körperhaltungen gearbeitet. Das bedeutet, dass sich der Klient gedanklich in unterschiedliche Situationen hineinversetzt und die dazugehörigen Gefühle im Körper spüren soll. Entsprechend seinen körperlichen Empfindungen soll er eine körperliche Haltung, zum Beispiel gesenkter Kopf oder eine aufrechte Haltung, einnehmen und in dieser Haltung mit dem Pferd den Parcours durchlaufen. Insgesamt gibt es

drei Durchgänge, wobei der Coachee gebeten wird, den ersten Durchgang, noch ohne eine konkrete Instruktion vom Coach, zunächst seitlich an den Pylonen vorbei und danach im Slalom zu durchlaufen (Schütz, 2022). Für die zweite Runde wird der Coachee darum gebeten, sich eine Situation vor Augen zu führen, in der ihm etwas nicht so gut gelungen ist und die Gefühle im gesamten Körper spüren. Zudem soll er eine Low Power Pose einnehmen, indem er sich selbst klein macht, die Schultern hängen lässt. Nun startet er die Übung in gleicher Reihenfolge, erst um die Pylonen drumherum, dann im Slalom an den Pylonen vorbei und auf den Coach und auf die Kamera zu, erneut. Bevor die dritte Runde startet, sollen die Teilnehmenden zunächst einmal tief durchatmen, damit sie die negativen Gefühle und Gedanken wieder loslassen. Im Anschluss bittet der Coach sie darum, sich an eine Situation zu erinnern, in der ihnen etwas besonders gut gelungen ist, in der sie sich stark gefühlt haben. Sie werden darum gebeten, in ihren Körper hinzuspüren, welche Gefühle diese Situation in ihnen weckt und eine High Power Pose einnehmen. Beispielsweise strecken sie ihren Körper in die Länge, machen sich groß und nehmen die Schultern zurück. Sobald vom Coachee bestätigt wurde, dass er eine entsprechende Situation vor Augen hat, startet die Übung erneut. Der Durchlauf bleibt der gleiche. Sobald alle drei Durchgänge erfolgt sind, fragt der Coach den Coachee, wie er die Übungen empfunden hat und wie er seine jeweiligen Durchläufe einschätzt. Erst danach erhält der Coachee das Feedback vom Coach und sofern noch weitere Coachees anwesend sind, können auch diese ihre Eindrücke mit der betreffenden Person teilen. An dieser Stelle ist der Transfer auf den Alltag wesentlich. Wo finden sich die Teilnehmer in den zuvor erlebten Situationen im Alltag wieder? Was war neu? (Schütz, 2022)

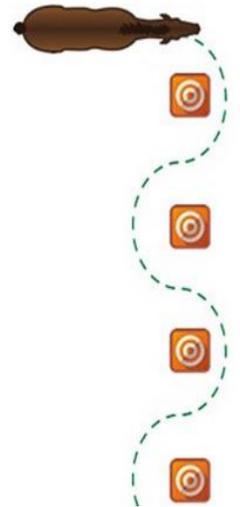


Abbildung 1: Aufbau der Pylonen in der Power Posing Übung in: Schütz: 121

Wichtig bei dieser Übung ist, dass die Reihenfolge neutrale Pose, Low Power Pose und High Power Pose eingehalten wird. Die neutrale Pose bildet die Basis dieser Übung und sollte zu Beginn erfolgen, wenn die Teilnehmenden noch kein Vorwissen haben. Die High Power Pose sollte zum Schluss absolviert werden, damit die Teilnehmenden mit positiven Gefühlen das Coaching abschließen und nicht in negativen Emotionen stecken bleiben. Sehr oft sind Unterschiede zwischen der Low Power Pose und der High Power Pose zu beobachten. Das Losgehen oder auch das Durchlaufen des Parcours dauert in der Low Power Pose oftmals länger als in der High Power Pose (Schütz, 2022). Der Übungsaufbau ist in der Abbildung visualisiert.

## 6. Grenzen des pferdegestützten Coachings

Wie auch im Coaching ohne die Variable Pferd, ist auch im pferdegestützten Coaching wichtig zu erkennen, ob die angesprochenen Themen für ein Coaching geeignet sind, oder ob eher der Bedarf für eine psychologische Psychotherapie gegeben ist (Schütz, 2022). Diese Grenze zur Therapie muss unbedingt bewahrt bleiben und vom Coach erkannt werden.

Im Rahmen der Persönlichkeitsentwicklungsmaßnahmen sieht sich das pferdegestützte Coaching noch starker Kritik ausgesetzt. Kritiker sehen nicht, dass das Pferd dazu in der Lage ist, menschliche Verhaltensweisen lesen zu können und sind ebenso der Ansicht, dass es bei dieser Art von tiergestützter Intervention nur um „Spaß“ geht, bei dem das Pferd im Kreis geführt wird. Letzter Punkt kann seine Berechtigung haben, da, wie auch im Coaching ohne Pferd, manche Coaches ihre Arbeit nicht nachhaltig und professionell genug betreiben. Da jedoch neuere Studien zeigen, dass pferdegestützte Interventionen durchaus ihre Daseinsberechtigung haben, sollten keine Verallgemeinerungen gemacht werden (Schütz, 2022).

Allerdings bleiben zum Teil Fragen offen, inwiefern die Selbstreflexion der Klienten in bestimmten Coachingsituationen durch das Pferd angeregt wurde und wie hoch der Anteil des

Tieres hinsichtlich positiver Effekte ist. In jedem Fall tragen verschiedene Faktoren zur Selbstreflexion der Klienten bei. Das sind zum einen die Motivation und der Wunsch nach Veränderung des Coachees sowie die Kompetenz des Coaches und die aufgebaute Beziehung zwischen Coachee und Coach (Schütz, 2022).

Ein weiterer Kritikpunkt liegt in der Nachhaltigkeit des pferdegestützten Coachings. Da es keine Langzeitstudien gibt, kann sich nur auf Aussagen von Klienten aus der Praxis bezogen werden, die auch noch Jahre später nach ihrem Coaching von einem positiven Effekt in ihrem Alltag berichten. Hinzu kommt die Wichtigkeit von mündlichen als auch schriftlichen Evaluierungen von durchgeführtem Coaching. Da nicht jeder Coach Evaluierungen durchführt, ist die positive Wirkung bei Klienten nur schwer nachweisbar. Ebenso lassen sich nicht alle Themen im pferdegestützten Kontext bearbeiten. Beispielsweise finden hier Themen wie das Coachen von Präsentations- oder Verhandlungstechniken keinen Anklang. Geht es hingegen um das persönliche Auftreten einer Person, um ihre Körperhaltung oder um ihre Art zu kommunizieren, kann die tiergestützte Intervention Anwendung finden.

## 7. Fazit

Abschließend kann festgehalten werden, dass das pferdegestützte Coaching auf der einen Seite gewisse Vorzüge zu bieten hat und auf der anderen Seite noch einer gewissen Skepsis ausgesetzt ist. Wie auch im klassischen Coaching können im pferdegestützten Coaching Themen wie Kommunikationsverhalten, Führungsverhalten oder auch das Setzen von Grenzen sowie das Aufzeigen von Unterschieden in der Selbst- und Fremdwahrnehmung Anklang finden. Dadurch, dass mit einem Pferd ein Parcours durchlaufen wird, entweder in der Gruppe oder als Einzelperson, ist es wichtig, dass der Coach seinem Klienten entsprechend dem Thema Fragen stellt und somit den Transfer zum Alltag gewährleistet. An dieser Stelle kann festgehalten werden, dass die Anwesenheit des Tieres dazu beiträgt, dass sich der Coachee weniger gestresst fühlt und es ihm somit leichter fällt, sich dem Coach zu öffnen. Hinzukommt, dass Pferde direkt auf das Verhalten ihres Gegenübers reagieren und durch die Rückmeldung des Tieres fällt es dem Coachee oftmals leichter, sein eigenes Verhalten zu überdenken. Nichtsdestotrotz ist es wichtig, die einzelnen Übungen zusätzlich mit einer Videokamera aufzuzeichnen, um diese am Ende der Übung zu analysieren. Allerdings birgt das pferdegestützte Coaching auch seine Grenzen. Dadurch, dass das Pferd nur im Hier und Jetzt lebt, können nur gegenwartsbezogene Fragen seitens des Coaches gestellt werden. Fragen, die auf die Vergangenheit oder Zukunft abzielen, können während der Interaktion mit dem Pferd nicht gestellt werden. Dadurch lassen sich wiederum gut Ressourcen herausarbeiten, die in der Interaktion mit dem Pferd ans Licht kommen.

Wie bereits erwähnt lassen sich in der Interaktion mit dem Pferd Themen im, zum Beispiel, kommunikativen Bereich sehr gut bearbeiten. Themen wie das Erlernen von Verhandlungstechniken oder Präsentationstechniken findet eher im klassischen Coaching Anwendung. Inwiefern jedoch das Pferd die Selbstreflexion des Coachees fördert oder positiv beeinflusst, ist unklar. Klar hingegen ist, dass auch in der Interaktion mit dem Tier die Bereitschaft, etwas verändern zu wollen, seitens des Coachees, gegeben sein muss und auch eine Professionalität beim Coach vorliegt, um die Themen mit dem Coachee gewissenhaft bearbeiten zu können. Wie auch im klassischen Coaching ist dafür ein guter Beziehungsaufbau entscheidend. Wichtig zu erwähnen ist noch, dass auch für das pferdegestützte Coaching im Vorfeld geklärt werden muss, um welches Thema es geht. Sollte im Vorgespräch deutlich werden, dass es sich eher um ein psychosomatisches Thema handelt, steht der Coach in der Verantwortung, dies zu erkennen und den Auftrag abzulehnen.

## 8. Literaturverzeichnis

- Becker-Textor, I., & Dr. Textor, M. (1999). Abgerufen am 28. 06 2024 von ipzf:  
<https://www.ipzf.de/familiensystem.html>
- Beilfuß, C. (2024). *Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie e.V.* Abgerufen am 09. 07 2024 von [https://dgsf.org/service/was-heisst-systemisch/systemische\\_coaching.htm](https://dgsf.org/service/was-heisst-systemisch/systemische_coaching.htm)
- Sanders, C. (2004-2024). *Dressur Studien*. Abgerufen am 05. 08 2024 von Dressur Studien:  
<https://dressur-studien.de/klaus-zeeb-wie-das-pferd-den-menschen-spiegelt/>
- Schütz, K. (2022). Pferdegestütztes Coaching als Interventionsmöglichkeit. In K. Schütz, *Pferdegestütztes Coaching psychologisch basiert und wissenschaftlich fundiert* (S. 6-7). Kempen: Springer-Verlag GmbH.
- Werner, D., & Sanderink, A. R. (2024). *Hamburger Institut für systemische Lösungen*. Abgerufen am 27. 06 2024 von <https://www.systemloesungen-hisl.de/lexikon/system/>

## 9. Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Aufbau der Pylonen in der Power Posing Übung in: Schütz: 121 .....7