

Wie zwei Pferde Menschen helfen

Im Landkreis Südwestpfalz und darüber hinaus gibt es nur einen Trainer für das „pferdegestützte Coaching nach der Horsensense Methode“: Henriette Dix aus Leimen. Mit ihrem besonderen Angebot hat sie auch zu sich selbst gefunden.

VON MARIANNE TEUSCHER

LEIMEN. Sie habe sich mehr und mehr „im Hamsterrad“ gefühlt, erzählt Henriette Dix, die beruflich an vorderster Front bei der Heimpflege gefordert war. 2018 wurde sie im Internet und später in der RHEINPFALZ auf einen eher neuen Beruf aufmerksam und erkannte, dass er etwas für sie ist: „Schnell habe ich herausgefunden, dass pferdegestütztes Coaching genau das ist, was ich suchte.“

Schon 2012 berichtete die RHEINPFALZ über das Ehepaar Henriette und Dirk Dix, die ihren neuen Lebensraum in Leimen auf dem Röderhof gefunden und eingerichtet hatten. Bereits damals mit zwei Pferden, dem Andalusier „Lorenzo“ und der Lusitanostute „Beleza-Rubina“. Auf dem Röderhof, „wo wir uns fast wie im Urlaub fühlen“, richtete das Ehepaar einen Aktivstall ein. Die Pferde wurden gechipt, und wenn sie an die Futterstellen kommen, erkennt der Computer, welches Pferd welches Futter (Heu oder Kraftfutter) und in welcher Menge erhält. So ist es auch heute noch. Nachdem Lorenzo vor drei Jahren gegangen war, brauchte Beleza-Rubina einen Partner. Schnell sei man mit Valota fündig geworden, erzählt die ehemalige Kölnerin.

Lieber keine Pferdepenion

Vor zehn Jahren war für die Zukunft eine Pferdepenion angedacht; alternativ war die Unterstellung von Rentnerpferden überlegt worden. Aber letztendlich wollte man die Privatsphäre schützen, keinen Trubel auf dem beschaulichen Röderhof entstehen lassen. Und Henriette Dix verabschiedete sich davon, „ständig auf der Überholspur in einer Führungsposition in einem Pflegeheim“ zu sein. Sie ließ sich in Bremen zum pferdegestützten Coach nach der „Horsensense Methode“ ausbilden. Diese Methode basiert auf einem sechsstufigen Coachingkonzept mit Schwerpunkt auf der Interaktion zwischen Mensch und Pferd.



Henriette Dix und ihre Lusitano-Stuten.

FOTO: MARIANNE TEUSCHER

„Ich habe schnell erkannt, dass meine Wahl das Richtige für mich war“, sagt Dix. Nun war sie endgültig aus dem Hamsterrad ausgestiegen; brachte wieder ihre Ruhe in Einklang mit ihrem eigenen Empfinden. „Es ist genau das Richtige. Man wird selbst gecoacht und kommt in die Balance,“ blickt sie heute zufrieden auf die zwei draußen stehenden vierbeinigen Co-Trainer.

Henriette Dix bietet Einzel-, Schüler-, Teambuilding- und Paarcoaching an. Wieso Pferde? Als Flucht- und Beutetier sei es für sie überlebenswichtig, sehr wachsam und aufmerksam zu sein und minimale Bewegungen der Leitstute richtig zu interpretieren, erläutert Dix. Begegnen sich nun Teilnehmer und freilaufende Pferde in einem abgeschlossenen Bereich, entsteht aus Sicht des Pferdes eine neue Herde, und folgende Fragen müssen

geklärt werden: Wer folgt wem? Wer beschützt wen im Ernstfall? Funktionieren wir gemeinsam als Herde? Dies prüft das Tier bei dem Teilnehmer ab und erkennt so, ob eine Vertrauensbasis besteht oder nicht. Das Pferd schätzt den Teilnehmer ein, beobachtet ihn genau und verhält sich dementsprechend. Dieses Verhalten des Pferdes hat eine Auswirkung auf den Coach und führt zu einem inneren Erleben oder inneren Dialog.

Wie funktioniert das pferdegestützte Coaching? „Es geht darum, bei Beobachtungen von Pferden oder in Bodenübungen mit Pferden in Interaktion zu treten. Es wird nicht geritten, Pferde- oder Reitkenntnisse sind nicht erforderlich. Zum Teil sind es nur unscheinbare Übungen, etwa neben einem Pferd stehen und atmen, wenn es um das Thema Stressreduzierung,

Entspannung, wieder in Balance kommen geht. Oder aber auch sehr aktive Übungen, dass man ein oder mehrere Pferde durch einen selbstgebauten Parcours führt, wenn es beispielsweise darum geht, Selbstbewusstsein zu entwickeln oder Führungsqualitäten zu verbessern.“ Die Erlebnisse werden per Videoaufnahmen analysiert. Die Pferde zeigen sehr deutlich, durch ihre Körpersprache, was im Klienten vor sich geht: Passt die Körpersprache zur inneren Einstellung? So werden die individuellen Denk-, Gefühls- und Verhaltensmuster im Spiegel der Pferde dem Teilnehmenden bewusst und im Außen sichtbar. Diese Erkenntnisse werden in den Alltag übertragen,“ fasst Dix zusammen. Sie als Coach begleitet diesen Prozess, stellt Fragen, gibt Feedback, und hilft, Lösungen und Strategien zu erarbeiten.

Themen die gecoacht werden können, sind beispielsweise Persönlichkeitsentwicklung; eigene Stärken erkennen und weiterentwickeln; Angst- und Stressbewältigung, das Erkennen und Verändern von persönlichen Denk-, Gefühls- und Verhaltensmustern; neue Wege und Ziele; Motivation und Empathie, Umgang mit stressigen Situationen; Begleiten von Veränderungen, Entscheidungsfindung; Visionen und Ideen entwickeln; Führen mit Respekt und Vertrauen und Teamentwicklung.

„Im pferdegestützten Coaching bekommt man von den Pferden sehr viele Antworten auf Fragen. Pferde begegnen dem Menschen unvoreingenommen, ohne Vorurteile, ehrlich und authentisch,“ so Dix. „Sie folgen dem Menschen, wenn er Glaubwürdigkeit, Selbstvertrauen und Zielstrebigkeit ausstrahlt. Pferde sind für das Coachen wunderbare Co-Trainer“, betont Henriette Dix. Auch wenn jemand Angst vor Pferden hat, ist ein Coaching möglich. Die Nähe von Pferden vermittelt das Gefühl von Wohlbefinden und Frieden; könne den Menschen wieder in die Balance bringen.

Weitere Angebote geplant

Derzeit richtet Henriette Dix das Gelände auf ihrem Anwesen, das direkt an den Wald grenzt, her, um das pferdegestützte Coaching mit Waldbaden zu verbinden. Darüber hinaus hat sie eine Weiterbildung zum Hypnosecoach geplant. Außerdem bietet sie an, Menschen darin zu unterstützen, die „Pferd-Mensch-Beziehung“ zu verbessern, um zu erkennen, wie ein Pferd denkt und reagiert. All diese neuen Angebote sollen dazu dienen den Stress abzubauen, Energie zu tanken, die innere Balance zu finden und zur Ruhe zu kommen, denn Henriette Dix ist überzeugt: „Pferde helfen dir, deinen Weg zu finden.“

KONTAKT

Henriette Dix, Telefon 06397 9219083 oder 0163 7969769, Internet: freies-potential.de, E-Mail info@freies-potential.de