



Die Macht der Ehrlichkeit

Der Mensch sollte im Umgang mit Pferden echt und ehrlich sein...

...damit das Pferd Vertrauen fasst. Doch was heisst echt und ehrlich? Und wie erreicht und lebt man das? Der Schlüsselbegriff heisst Kongruenz. Wer sich damit auskennt und Kongruenz lebt, der weiss um das Geheimnis wahrer Ausdrucksstärke.

Von Christoph Roos Mental-Trainer

Kongruentes Verhalten bezeichnet ein Verhalten, bei dem Fühlen, Denken und Handeln übereinstimmen. Worte und körperlicher Ausdruck sind sozusagen aus einem Guss. Die inneren Werte, die Empfindungen, und die äusserliche Aktion bilden eine sinnvolle Einheit. Für den Betrachter wirkt dies glaubwürdig. Es ist stimmig, oder eben kongruent.



Kongruentes Verhalten in der Pferdearbeit ist deshalb so wichtig, weil Pferde immer kongruent sind. Sie leben ihre innere Befindlichkeit unmittelbar aus. Kongruenz ist die Natur des Pferdes. Es kann nicht anders.

Der Vorteil kongruenten Verhaltens ist ein klares Bild für das Gegenüber. Man weiss sofort, woran man ist. Tritt ein Mensch einem Pferd kongruent gegenüber, erkennt das Pferd den Menschen als das, was er ist, und was ihn ausmacht. Dies ermöglicht dem Pferd auf den Menschen einzugehen, und seinen Platz in der Beziehung zum Menschen einzunehmen.

Täuscht ein Reiter falsche Tatsachen vor, und versucht er, sein Pferd von etwas abzulenken, ist es für das Pferd unmöglich, die Absichten des Reiters sinnvoll einzuordnen. Denn inkongruente Menschen senden immer zwei Signale gleichzeitig: das gespielte Äussere, und das wahrhaftig Innere. Auf solcherlei Kommunikation reagieren Pferde meistens mit Rückzug. Bei Fluchttieren löst Inkongruenz Unsicherheit und Skepsis aus, worauf sofort ein

Sicherheitsabstand eingenommen wird. Soll also die Beziehung zum Pferd gelingen, fordert das grosse Aufmerksamkeit vom Menschen in Bezug auf seine Echtheit. Denn Pferde fassen nur in kongruent agierende Menschen Vertrauen. Folglich kann man sagen, dass Kongruenz der goldene Schlüssel zu Vertrauen ist. Daraus lassen sich folgende Gesetzmässigkeiten ableiten:

1. Ist ein Mensch kongruent, ist er für das Pferd zu erkennen.
2. Entwickelt ein Mensch aus dem Zustand der Kongruenz Lösungen in Sinne des Pferdes, generiert er Vertrauen.
3. Je mehr Vertrauen er generiert, je stärker wird seine Position.

Kongruenz in der Pferdearbeit ist also überlebenswichtig.



Kongruenz im Reiten zu leben, kann aber auch eine grosse Herausforderung darstellen. Dafür verantwortlich sind Glaubenssätze, die in der Reiterei verbreitet sind, und sich auf die Rolle des Reiters beziehen. Glaubenssätze im Speziellen, die auf das Verständnis des Reiters als Alphanier abzielen. So gibt es die landläufige Meinung, dass Stärke mit Härte und Verdrängung zu tun habe. Aus folgendem Grund: Wenn das Menschlein vor dem mächtigen Pferd steht, dann sind die emotionalen Auswirkungen oft das Gegenteil von dem, was der Kopf einst gelernt hat. Eine innere Zerrissenheit zwischen Ehrfurcht gegenüber dem Pferd, und nicht nachgeben dürfen aus Angst die Kontrolle abzugeben, ist eine Überforderung, die viele mit Härte und Verdrängung lösen. Es gibt im Reiten viele verdrängte Gefühle wie Angst oder Unsicherheit. Das Argument, mit dem Zeigen von Schwäche gegenüber dem Pferd gäbe man die Po-

sition von Stärke Preis, stimmt einfach so nicht. Im Gegenteil! Stärke resultiert, wenn jemand seine eigenen Gefühle und Überzeugungen anschaut, und diese nicht in ein dunkles Loch verbannt, welches mit einer strammen Lederpeitsche bewacht wird. Es ist gerade dieses „zu sich stehen“, welches die Alpha-Energie des Menschen stärkt. Es braucht sicherlich Mut, die eigenen Ängste anzugehen. Und genau dieser Mut ist der entscheidende Aspekt. Es braucht nämlich keinen Mut, viel eher aber Feigheit, die eigenen Ängste in der Interaktion zum Pferd zu unterdrücken. Denn Pferde nehmen Zustände unmittelbar und im Augenblick ihrer Entstehung wahr. Wenn dann jemand, um bei der Angst zu bleiben, sich als stark ausgibt, innerlich aber Angst oder Unsicherheit verspürt, dann sind Gefahren vorprogrammiert. Pferde können sich natürlich der Energie von Härte und Kompromisslosigkeit unterordnen, folgen tun sie aber der Energie des inneren Potentials des Menschen. Nur die Auseinandersetzung und das Überwinden von persönlichen Herausforderungen führen zu innerem Wachstum. Die Energie, die aus solchen Wachstumsprozessen entsteht, nenne ich die Alpha-Energie. Ist diese Alpha-Energie einmal gefestigt, eröffnet sie ungeahnte Möglichkeiten. In solchen gestärkten Beziehungen macht es durchaus Sinn, Unsicherheit durch kongruentes Verhalten gegenüber dem Pferd zu zeigen. Somit wird dem Pferd nämlich die Möglichkeit eröffnet, als Teammitglied und Partner die Situation mitzutragen und zu unterstützen. Die Menschen, die solche Hilfe von ihrem Pferd erfahren, spüren eine intensive gegenseitige Achtung. Solche, durch die Beziehung gefestigte, selbstbewusste und zentrierte Pferde, stellen nicht die Führung des Menschen in Frage, sondern nutzen die Möglichkeiten, die ihnen ihre Rolle bietet. Und ihre Rolle können sie nur klar erkennen und leben, wenn der Mensch authentisch und kongruent ist. Wer mit seinem Pferd auf dieser Ebene ankommt, der hat das technisch-physische Reiten verlassen. Hier kommen Mensch und Pferd zur Anlehnung, und versammeln sich.

Danke für die konstruktiven Feedbacks:
info@roos-coaching.ch



DER SCHLÜSSEL SITZT IM SATTEL

Infos: www.roos-coaching.ch oder +41 79 220 55 92 

MENTALE ENTWICKLUNG IM REITSPORT