

Checkliste

Für *wirkungsvolles* und
erfolgreiches Coaching mit Pferden

Checkliste

für *wirkungsvolles*

und erfolgreiches

Coaching mit Pferden

Wie Sie die Macht von Pferden wirkungsvoll im Coaching nutzen und sich damit ein erfolgreiches pferdegestütztes Coaching Business aufbauen

Inhalt

- I. Auf diese 5 Punkte kommt es an
- II. Das wissenschaftliche Fundament
- III. Checkliste



Ein herzliches Hallo,

ich bin Dr. Johanna Friesenhahn.

Als passionierte Coach und Pferdefan habe ich es geschafft beide Leidenschaften erfolgreich in meinem Beruf zu vereinen.

Meine *Vision* ist es, die

Professionalisierung pferdegestützter Coachingangebote voran zu bringen und ein stabiles Netzwerk an Gleichgesinnten zu etablieren, das ebenso für Qualität und Professionalität steht.

Dabei baue ich auf mein einzigartiges Wirkmodell, das ich in meiner

Doktorarbeit an der Universität Heidelberg wissenschaftlich untersucht und seit gut 10 Jahren praktisch verfeinert habe.

Um ein erfolgreiches pferdegestütztes Coaching Business aufzubauen, das Spaß macht, authentisch ist, den persönlichen Talenten entspricht **UND** zufriedene Kunden hervorbringt, ist Eines unbedingt notwendig:

Ein *klarer Plan* wie Pferde effektiv und individuell auf die Kundenbedürfnisse abgestimmt im Coaching eingesetzt werden können.

Denn ohne Wirkung, kein Erfolg.

Ich denke, es ist an der Zeit, die *Macht* von Pferden wirkungsvoll und erfolgreich im Coaching zu nutzen.
Denken Sie das auch?

Dann wünsche ich viel Spaß beim Lesen...



I. Auf diese *5 Punkte* kommt es an

Eine Tatsache vorneweg: Pferde wirkungsvoll im Coaching einzusetzen ist nicht leicht! Es ist auch nicht leicht als pferdegestützter Coach erfolgreich zu werden. Aber es ist an der Zeit, dass viele Coaches beides perfektionieren. Denn:

- Pferde können **nachweislich positive Effekte** in der Zusammenarbeit mit Menschen hervorbringen, z. B. Stressreduktion oder emotionale Öffnung. Bis auf meine Dissertation wurden diese allerdings meistens im therapeutischen Kontext untersucht. Doch warum sollten diese Effekte im Coaching nicht etwa auch wirken, um z. B. überlasteten Führungskräften zu helfen dem andauernden Stresspegel gewachsen zu sein oder um Konflikte in Teams schnell und nachhaltig zu lösen? Die Arbeitswelt ist zunehmend komplex und es kommt umso mehr auf den emotional kompetenten Menschen an. Dafür können Pferde hervorragende Lehrmeister sein.
- Die Bekanntheit pferdegestützter Coaching Angebote nimmt nur langsam zu und ist oftmals mit **Vorurteilen seitens der Kunden** besetzt. Die Professionalisierung ist noch in den Kinderschuhen, es gibt keine einheitlichen Qualitätsstandards, eine unübersichtliche Dichte an Weiterbildungsanbietern und letztendlich viele Praktiken, die unterschiedlicher nicht sein könnten (vom esoterischen Ponystreicheln bis hin zum wissenschaftlich fundierten Executive Coaching).
- Die Leidenschaft für Pferde auch **tagtäglich im Business** zu nutzen und damit erfolgreich zu sein, fühlt sich großartig an. Doch die größte Pferdeliebe reicht nicht aus, um erfolgreich als pferdegestützter Coach arbeiten zu können. Denn potentielle Kunden teilen diese Leidenschaft nicht unbedingt. Hier kommt es auf den klar erkennbaren Mehrwert an, den die Arbeit mit dem Pferd für den Kunden bringt. Es geht also nicht nur um uns (motivierte, passionierte Coaches und Pferdefans), sondern letztendlich um unsere Kunden und deren Bedürfnisse. Und dabei ist klar: Ohne Wirkung, kein Erfolg.

Ein erfolgreiches pferdegestütztes Coaching Business braucht daher ein

wirkungsvolles Fundament – einen Coach, der genau weiß, worauf es ankommt:

1. Geduld, Ausdauer und eine unbändige Vision

Ein erfolgreiches pferdegestütztes Coaching Business aufzubauen geht nicht von heute auf morgen. Einige Prozesse brauchen einfach auch *Zeit*:

- Die eigene Nische und Positionierung zu finden, die wirklich passt und die man mit einem guten Gefühl authentisch vertreten kann
- Den Aufbau einer Kundenliste, Reichweite und Bekanntheit zu schaffen, Kundenstatements einzusammeln, praktische Erfahrungen zu gewinnen
- Passende Angebote zu entwickeln, die zum persönlichen Profil, zum Markt sowie zur verfügbaren Zeit und zu allen anderen Ressourcen, die zu Verfügung stehen, passen
- Die persönliche Reflexion und professionelle Reifung, Supervision und Übung
- Etc.

Wie sieht Ihr 1-Jahres- und 5-Jahresziel aus? Was möchten Sie bis dahin erreicht haben?
Wo liegt der Fokus?

Leider ist es nicht damit getan in eine 5tägige Ausbildung zu investieren und anschließend darauf zu hoffen, dass die Kunden an die Tür klopfen. Es gibt immer auch Phasen, in denen es nicht läuft wie geplant, die sich schwer anfühlen und Zweifel laut werden.

Hierüber hinweg hilft nur eine unbändige *Vision*. Das große Warum dahinter.

Warum möchten Sie ein erfolgreiches pferdegestütztes Coaching-Business?

2. Wissenschaftliches Fundament für die Praxis

Pferde bringen einige hervorragende Eigenschaften mit, die im Coaching genutzt werden können, um schneller auf den Punkt zu kommen und dem Coachee bei der offenen, emotionalen Selbstreflexion zu unterstützen.

Dennoch birgt der Einsatz von Pferden im Coaching auch *Gefahren*:

- Mit einem Pferd ist das Coaching um einen weiteren Faktor komplexer – nicht nur der Coachee muss beachtet werden, sondern auch das Pferd
- In meinen Untersuchungen kam u.a. heraus, dass die Übungen mit dem Pferd für den Coachee sehr intensiv, mitunter überfordernd, wirken können – der Coach muss dieses Erlebnis wieder einfangen können
- Die Auswahl an potentiellen Übungen und Techniken ist schier endlos groß – wie soll die richtige ausgewählt werden, wenn es nicht immer das gleiche Anliegen und der gleiche Coachee ist?
- Wird das Pferd nicht mit einer begründeten Wirkungsannahme eingesetzt, bleibt die Wirkung dem Zufall überlassen!

Was ist Ihre Annahme über die Wirkungsweise des Pferdes? Wie unterstützt es Ihr Coaching? Wie passt der Pferdeeinsatz zu Ihrer Coachinausbildung?

Um alle diese Aspekte zu lösen, bedarf es einer einheitlichen wissenschaftlichen Wirkungsgrundlage. Ein *allgemeines Modell* ist nötig, das zum einen breit genug ist, um unterschiedliche Coachingschulen zu berücksichtigen (also z. B. systemisch, NLP, etc.) UND spezifisch genug, um eine Orientierung im Coaching zu bieten.

Mit [horsynergy coaching](https://www.johanna-friesenhahn.com/horsynergy) ist ein solches Konzept erstmalig in eine Ausbildung geflossen.

3. Fähigkeit zur Synchronisation

Synchronisation ist mein Spezialgebiet – neben den Pferden ([Hier geht's zum Fachartikel](#)). Es bedeutet so viel wie die Fähigkeit sich verschiedenen Situationen und Menschen anzupassen, um schnell ein Gefühl von Stimmigkeit, Verständnis, gleicher Wellenlänge erzeugen zu können. Die Kunst ist dabei dennoch authentisch zu bleiben. Sich zu sehr zu verstellen, wäre kontraproduktiv.

Synchronisation ist das *wichtigste Wirkprinzip* in jedem Coaching, denn ohne bleibt das Coaching wirkungslos.

Fünf Faktoren sind zur Synchronisation notwendig:

- Emotionale Stabilität (Vertrauen / Selbstwirksamkeit, usw.)
- Empathisches Gespür (was fühlt / braucht mein Gegenüber, usw.)
- Passung der Intervention (die richtige Frage zur richtigen Zeit, usw.)
- Aufnahmebereitschaft (Offenheit für das Gegenüber, usw.)
- Verarbeitungstiefe (sprechen beide auf dem gleichen Level, usw.)

Um diese 5 Faktoren im Coaching berücksichtigen zu können, benötigt der Coach Fach- und Methodenwissen, aber auch Intuition und emotionale Sensibilität. Kognitive und emotionale Kompetenz sind zwei Seiten derselben Medaille.

Pferde beeinflussen die *Synchronisation* im Coaching enorm.

Werden Pferde nach einem starren Schema F, ohne Kenntnis über die Wirkungszusammenhänge eingesetzt, verstehen Kunden den Mehrwert nicht. Sie sind irritiert, unzufrieden, verstehen nicht, warum sie mit den Pferden arbeiten sollen, empfehlen einen nicht (positiv) weiter. Wer allerdings das Prinzip der Synchronisation verstanden hat und beherrscht, erzielt bei seinen Kunden mit Leichtigkeit Wirkungen, die sie verblüffen.

Auf einer Skala von 1-10 (10 ist der beste, 1 der niedrigste Wert), wie hoch schätzen Sie Ihre Synchronisationskompetenz ein?

4. Klare Positionierung, Marketing und Sales Know How

Nun sind das „Warum“ (Vision) und das „Wie“ (Wirkungsweise) klar. Die essentiellen Grundsteine für ein wirkungsvolles pferdegestütztes Coaching Business stehen damit. Fehlt noch das „Für Wen“ (Zielkunden), um auch langfristig erfolgreich zu sein.

Das beste Angebot hilft nichts, wenn Ihre *potentiellen Kunden* nichts davon wissen und Sie nicht kennen.

Die nächsten Schritte sind also:

- Klare / authentische Positionierung
- Marketing- und Sichtbarkeitsstrategie
- Akquise- und Salesprozesse
- Automatisierung wesentlicher Prozesse (damit noch Zeit fürs Coachen bleibt 😊)

Vergleicht man mehrere Anbieter pferdegestützter Angebote fällt meistens auf, dass die Produkte und Zielgruppen sehr ähnlich klingen. Doch mit einem entsprechenden Plan dahinter, sind die Möglichkeiten mit Pferden Mehrwert zu schaffen unendlich. Davon bin ich überzeugt. Welches ist also Ihr persönliches *Alleinstellungsmerkmal*?

Was sind Ihre Talente? Wer ist Ihr Zielkunde?

Welches Bedürfnis hat er? Nach was sucht er?

Wo finden Sie ihn? Und er Sie?

Wie sind die Prozesse dahinter? Wer hat was im Blick?

5. Ein starkes Netzwerk

Pferde sind Herdentiere und Menschen lieben Beziehungen. Kontakt zu anderen ist ein Grundbedürfnis von uns, doch es ist auch für ein erfolgreiches pferdegestütztes Coaching Business notwendig.

Warum?

Für die *Qualität* und damit den Erfolg:

- Es hält die Qualität hoch die eigene Coaching Arbeit immer wieder auf den Prüfstand zu stellen (in einer kollegialen oder professionellen Supervision oder im professionellen Austausch)
- Pferdegestütztes Gruppen-Coachings, Trainings oder Workshops mit mehr als 6 Teilnehmenden sind als einzelner Coach kaum wirkungsvoll durchführbar (ich spreche aus eigener Erfahrung)
- Gemeinsam können Qualitätsstandards erarbeitet und berücksichtigt werden, die die gesamte Branche und deren Professionalisierung positiv beeinflussen können
- Bei akuten Fragen im täglichen Geschäft sind schnelle Rückmeldungen von wohlwollenden Kolleginnen und Kollegen aus demselben Netzwerk mit demselben Background Gold wert.

Im Alleingang ist dieses Unterfangen hier (ein wirkungsvolles und erfolgreiches pferdegestütztes Coaching Business aufzubauen) ein ziemlich großes Projekt.

Fehler, die ein anderer bereits getan hat, muss man selbst nicht nochmal tun. Denn

Fehler sind nichts Schlimmes auf dem Weg zum Erfolg. Doch wenn man einen Fehler wiederholt, ist das eine Entscheidung.

Wer steht Ihnen also zur Seite auf Ihrem Weg? Welche Stärken hat er/sie? Wobei ist er/sie schon einen Schritt weiter als Sie selbst? Wer gibt Ihnen wieder Motivation und Support, wenn es nicht läuft wie erhofft?

II. Das wissenschaftliche *Fundament*

Fast 5 Jahre habe ich mich wissenschaftlich intensiv mit der Frage auseinandergesetzt, ob und wie *Pferde im Coaching wirken*.

Es hat mich persönlich interessiert, denn als pferdegestützter Coach zu arbeiten, stellte ich mir schon zu Beginn meiner Karriere als perfekte Passion vor. Dennoch war die Wissenschaftlerin in mir skeptisch. Bis dahin gab es keinerlei fundierte Untersuchungen auf diesem Gebiet. Ich freute mich also auf eine wissenschaftliche *Pionierarbeit*.

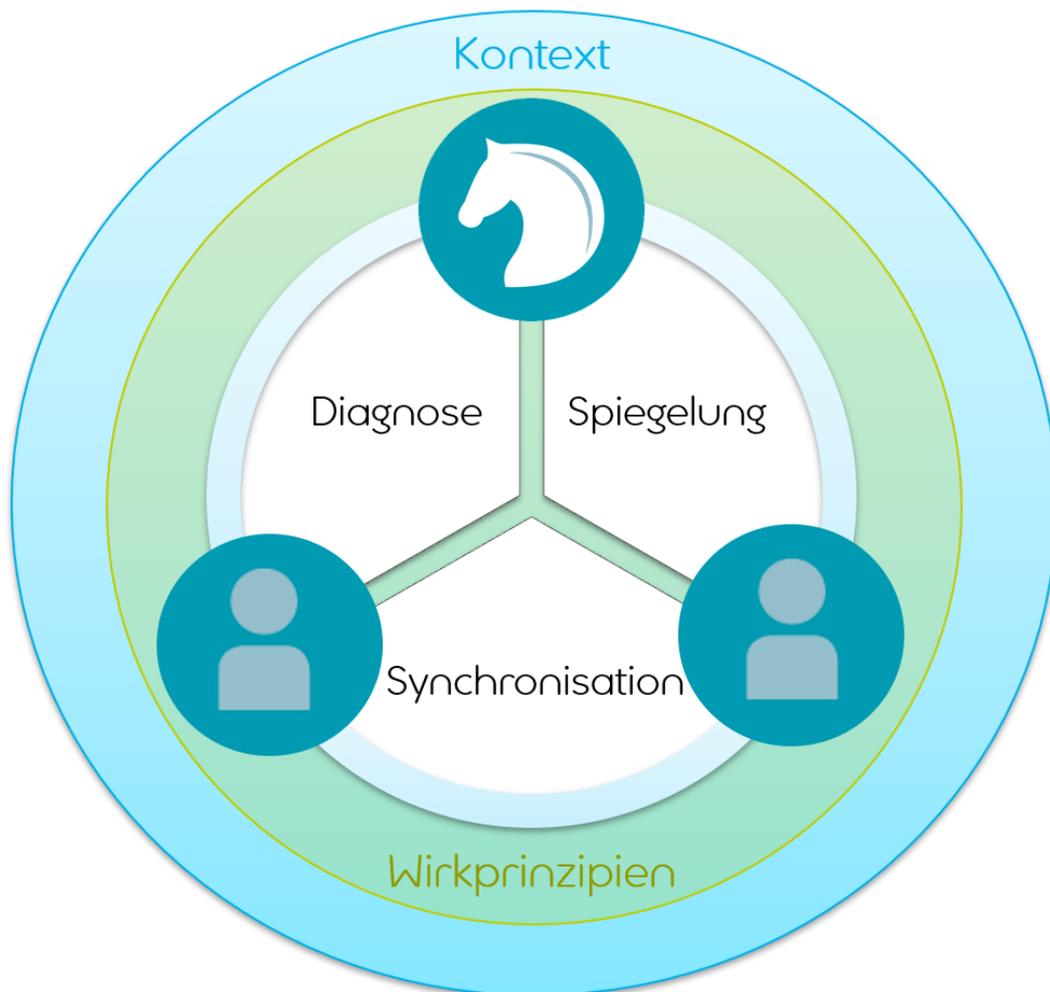
Meine Doktormutter unterstützte mich mein Herzensthema an der Universität Heidelberg zu erforschen. Dafür habe ich Fallstudien durchgeführt und untersuchte teilweise Minute für Minute das Zusammenspiel zwischen Coach, Coachee und Pferd. Ich wertete Stunden an Video- und Interviewmaterial aus und zählte etliche Fragebögen aus. Alles, um ein möglichst detailliertes Bild der Wirkungsweise und Synchronisation im pferdegestützten Coaching zu bekommen.

Kurz gesagt:

- Konnte ich zeigen welche beeindruckende Wirkungen Pferde im Coaching auslösen können,
- UND welche Gefahren der falsche Einsatz von Pferden im Coaching birgt,
- Habe ich ein passendes allgemeines Wirkmodell für die theoretische Fundierung pferdegestützten Coachings gefunden,
- Und aus allen Erkenntnissen und meinen praktischen Erfahrungen das erste wissenschaftlich fundierte Konzept für wirkungsvolles pferdegestütztes Coaching entwickelt: *horsynergy coaching*

Darüber bin ich stolz, denn eine einheitliche Basis ist so wichtig für eine weitergehende Professionalisierung und Legitimierung dieser wundervollen Arbeit.

horsynergy coaching



nach Friesenhahn 2017

Das horsynergy coaching Konzept bringt die wesentlichen Wirkfaktoren auf den Punkt und erleichtert damit das fundierte und wirkungsvolle Coaching mit Pferden.

1. Coach, Coachee und Pferd bilden ein *Beziehungsdreieck*,

indem v.a. die Spiegelung, Diagnose und Synchronisation entscheidend für die Wirksamkeit sind:

- Spiegelung: In den pferdegestützten Übungen wirkt der Coachee entsprechend seiner typischen Muster auf das Pferd. Die Interaktion mit dem Tier fördert dabei die emotionale Öffnung des Coachees. Das Pferd spiegelt durch dessen Reaktion die aktuellen Gedanken und Gefühle des Coachees, die sich körpersprachlich ausdrücken.

- Diagnose: Typische Muster werden sichtbar und müssen nicht zunächst erklärt werden. Der Coach beobachtet die Interaktion der beiden und kann entsprechend Hypothesen ableiten. In der anschließenden Reflexion besprechen Coach und Coachee die Hypothesen, wählen zutreffende aus und erarbeiten zielgenaue Lösungsoptionen.
- Synchronisation: Sowohl bei der Reflexion als auch während der pferdegestützten Übung, kommt es auf die Synchronisation zwischen Coach und Coachee an. Wie oben beschrieben ist dies der wichtigste Wirkfaktor. Fragen sind dabei z. B.: Welche Übung ist für das Coaching Ziel angebracht, was ist eine Alternative, wie ist der Schwierigkeitsgrad der Übung, welche/s Pferd/e wird/werden warum eingesetzt, wie lange läuft die Übung, welches Feedback wird gegeben, wie wird das Erlebte auf den Businessalltag transferiert, wie passt die Sequenz in den gesamten Coachingprozess, etc.

2. Das gesamte Coaching basiert zudem auf fünf weiteren allgemeinen

Wirkfaktoren, die parallel im Coachingprozess berücksichtigt werden:

- Musteridentifikation (was ist das eigentliche Thema / Ziel, wer/ was spielt eine Rolle)
- Sinnbezug (machen die pferdegestützte Arbeit und das Ziel für den Coachee Sinn)
- Motivation (welche Bedürfnisse stecken wirklich dahinter)
- Destabilisierung (welche neue Perspektive / emotionale Bewertung auf das Problem wird eröffnet)
- Restabilisierung (wie kann das neue Muster verfestigt / automatisiert werden)

Sie sind an das in Heidelberg wissenschaftlich erforschte allgemeine Wirkmodell für Beratung und Coaching angelehnt (vgl. Schiersmann, Friesenhahn, Wahl 2015).



3. Auch der *Kontext* beeinflusst die Wirksamkeit

und den Erfolg des Coachings, denn das eigentliche Coaching findet nie in einem luftleeren Raum statt. Sowohl Coach als auch Coachee sind eingebettet in deren Systeme und bringen eigene Muster, Erfahrungen und Erwartungen ins Coaching mit.

Reflexionsfragen dazu können z. B. sein:

- Wer ist der Auftraggeber? Wie ist die Geschichte dazu?
- Welches Interesse wird verfolgt? Welche Werte werden vertreten?
- Welche globalen/ nationalen Trends sind gerade vorherrschend?
- Was bringen Coach und Coachee jeweils mit? Etc.

All das hat ebenfalls Auswirkungen auf die Mikroebene der Interaktion.

Nun wird die *Komplexität* deutlich, die im pferdegestützten Coaching besteht. Um also mit Leichtigkeit diese Komplexität meistern zu können und Wirkungen zu erzielen, ist ein Konzept notwendig, das die Wirkmechanismen erklärt. Das horsynergy coaching Konzept ermöglicht den Überblick zu behalten und gibt *Orientierung* in dieser Komplexität.

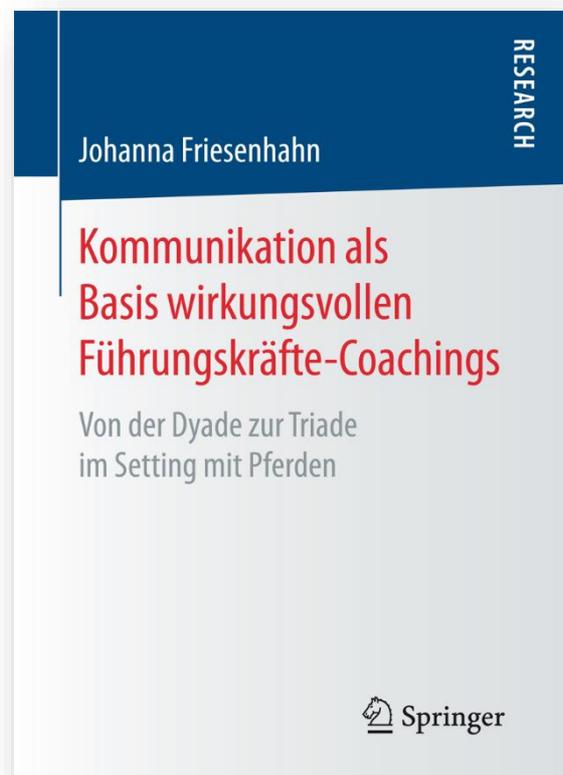
So hat der Coach einen Leitfaden im Hinterkopf, mit dem er mühelos durch den Prozess navigieren kann und alles im Blick behält.

FAZIT: Mit horsynergy coaching liegt dem pferdegestützten Coaching ein wissenschaftliches, wirkungsvolles Konzept zugrunde. Es ist als *Metamodell* auf

unterschiedliche Anliegen, Zielgruppen und Coachingansätze anwendbar.

Mit einem solchen einheitlichen, wissenschaftlich fundiertem Konzept ist pferdegestütztes Coaching leicht, wirkungsvoll und erfolgreich!

Die gesamten wissenschaftlichen Details gibt es [hier](#):



III. Checkliste – 11 Haken dran

Für ein *wirkungsvolles* und *erfolgreiches* pferdegestütztes Coaching!

Hier nun nochmal die 11 wichtigsten Punkte in einer Checkliste zusammengefasst:

- Ihre **Vision** motiviert sie beharrlich jeden Tag zumindest einen kleinen Schritt auf Ihr Ziel hinzuarbeiten, ein wirkungsvolles und erfolgreiches pferdegestütztes Coaching Business aufzubauen
- Sie haben einen **wissenschaftlich fundierten Leitfaden** im Kopf, der Sie leicht durch den Coaching Prozess navigieren lässt
- Sie wissen um die Vielfalt an möglichen pferdegestützten Übungen je nach Thema, Ziel und Anliegen des Coachees, sodass Sie Übungen ganz **individuell im Coaching** auswählen
- Sie kennen Ihr **Alleinstellungsmerkmal** und können es problemlos potentiellen Kunden in wenigen Sekunden erklären
- Sie wissen genau, wie Sie nach den pferdegestützten Übungen den **Transfer in den Business Alltag** verdeutlichen
- Sie haben ein **professionelles Netzwerk** im Rücken, auf das Sie sich verlassen können, wenn Sie Hilfe brauchen
- Sie kennen die **Wirkungen**, die ein pferdegestütztes Coaching auslösen kann – positive wie negative
- Sie bekommen (oder wünschen) sich **Feedback** von Ihren Coachees, dass ihnen Ihr Coaching langfristig einen echten Mehrwert geboten hat
- Ihnen sind die weitere **Professionalisierung und Qualitätssicherung** pferdegestützten Coachings wichtig
- Sie achten selbstverständlich auf die möglichst **artgerechte Haltung** Ihrer Coaching Pferde
- Sie wissen, dass Sie selbst das wichtigste Fundament Ihres wirkungsvollen und erfolgreichen Coaching Business mit Pferden sind, also **entwickeln Sie sich selbst** kontinuierlich persönlich und professionell weiter

➔ Das Ergebnis hilft Ihnen dabei einzuschätzen, worauf es im Coaching mit Pferden ankommt, damit es wirkt und Sie damit als Coach erfolgreich sind. Sie haben die Zügel in der Hand. Alle Punkte können Sie lernen und / oder verändern, bis Sie am Ziel sind!

Wie es *weiter* gehen kann....

Ich hoffe, Ihnen hat das Freebie mit meinen Tipps, wissenschaftlichen Erkenntnissen und der Checkliste gefallen und Sie konnten einige Einsichten gewinnen. Falls ja, beginnen Sie bitte sofort mit der Umsetzung.

Die Welt braucht mehr professionelle pferdegestützte Coaches.

Ich würde mich freuen, wenn ich Sie auf diese *Reise* weiter mitnehmen darf.

Mehr *Infos*...

...Außerdem können Sie auf meiner [Website](#) mehr über mich und meine Arbeit erfahren.

...Hier finden Sie einige meiner [Veröffentlichungen](#).

...oder buchen Sie sich ein persönliches Info-Gespräch mit mir – direkt in meinem [Kalender](#)

...Wenn Sie Lust bekommen haben sich richtig in das Thema zu vertiefen, schauen Sie sich bitte meine wissenschaftliche Weiterbildung zum [horsynergy coach](#) an.

Es lohnt sich:

Die erste wissenschaftliche zertifizierte Weiterbildung zum pferdegestützten Coach - mit Zertifikat der Universität Heidelberg! Intensive, praxisorientierte Workshops; langfristiger Support in 3 Stufen (basic – professional), kontinuierliche Unterstützung aus dem exklusiven Netzwerk; profitieren Sie sofort von langjährigem Expertenwissen von mir und meinen Kolleginnen und Kollegen.

[Neugierig?](#)



Es ist an der *Zeit* die *Macht* von *Pferden*
wirkungsvoll im Coaching zu nutzen!

Viel Spaß dabei!

Ihre Dr. Johanna Friesenhahn