



SPIEGEL DER SEELE

Gackernde Hühner, grasende Ponys und Pferde auf den umliegenden Weiden, am Ufer des kleinen Weihers steht ein Graureiher im Schilf. Wer auf den Mühlhaldenhof kommt, taucht ein in eine idyllische Welt. Hier arbeitet Ildikó Buchner mit ihrer Stute Ligah und ihrer Hündin Csipke im pferdegestützten Coaching.

Auf der kleinen Weide, die sich auf einem Hügel hinter dem Hof versteckt, sitzt man mit einem Blick über die ganze Landschaft. Man spürt den Wind, ein paar Krähen kreisen am Himmel, Ruhe stellt sich ein. Während man mit Ildikó die thematische Ausrichtung des Coachings bespricht, bewegt sich Ligah frei auf der Wiese. Sie beobachtet ihre Umgebung, läuft hin und her und frisst ein paar Halme des frischen Grases. Mit keiner bestimmten Handlungsaufgabe, jedoch gerne mit der eigenen Frage oder Ausrichtung aus dem Vorgespräch darf man als Coaching-Teilnehmer nun auf der Weide mit der fuchsfarbenen Stute in Kontakt gehen.

Pferde spüren sehr schnell, wie es im Inneren eines Menschen aussieht und reagieren sensibel darauf. Ildikó weiß die Zeichen ihrer Stute zu deuten. So bekommt man in diesem

Coaching eine sehr direkte und unmittelbare Rückmeldung auf kleinste Veränderungen, die von außen überhaupt nicht sichtbar sind. „Wir Menschen spüren diese Dinge auch, aber wir brauchen viel länger, um sie zu übersetzen“, so ist Ildikó überzeugt. „Mithilfe des Pferdes kommen die Teilnehmer im Coaching viel schneller zu einem Ergebnis. Meistens gibt es schon in der ersten Sitzung einen deutlichen Wendepunkt und ein Aha-Erlebnis.“ Und dafür braucht es keine Worte. Man darf sich gemeinsam mit dem Pferd bewegen und die eigene Thematik von vielen Seiten beleuchten. Man darf spüren, was sich verändert, wenn man selbst seine Gedanken oder die eigene Haltung umstellt. Folgt mir das Pferd? Weicht es aus? Beschnuppert es mich mit seinen weichen Nüstern und frisst es mir vielleicht aus der Hand? Nach einer Weile des Ausprobierens

darf man sich wieder zu Ildikó unter die Bäume setzen und mit ihr bei einer Tasse Tee besprechen, wie das eigene Empfinden war und welche Impulse sie von außen wahrnehmen konnte. Ziel des Coachings ist eine Stärkung der Ressourcen und dass man mit einem friedlichen Gefühl nach Hause geht. Auch wenn die Themen vielleicht komplex und aufwühlend waren und die Begegnung mit Ligah in ihrer Unausweichlichkeit sehr berührend ist. Nach diesem Coaching kann man sich immer wieder in Gedanken an diesen magischen Ort zurückbegeben und für ein paar Momente in die Ruhe eintauchen, die man neben dem Pferd finden konnte.

Ildikó Buchner,
Coaching für Privatpersonen und Firmen
+49 170 18 98 74 2
www.coaching.ildiko-buchner.eu