

*Abschlussarbeit*  
*Systemische Coaching Ausbildung 2024*  
*Institut: In Konstellation*

# Tiergestütztes Coaching

*am Beispiel des Pferdes*

Verfasserin: Lorena Patricia Wiedling

München, 6. Dezember 2024

## Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung .....	1
2	Einsatzbereiche des pferdegestützten Coachings .....	2
3	Rollen des Pferdes im pferdegestützten Coaching .....	2
4	Wirkung des Pferdes im pferdegestützten Coaching .....	3
5	Beispiele für pferdegestütztes Coaching .....	5
6	Herausforderungen für die Coach-Klient-Beziehung .....	7
7	Fazit .....	8
8	Literaturverzeichnis .....	10

# 1 Einleitung

---

Tier- und insbesondere pferdegestützte Coachings sind ein kontrovers diskutierter Trend im Maßnahmenspektrum der Personal- und Persönlichkeitsentwicklung.<sup>1</sup> Für die Einen dient es bestenfalls zur Manager-Unterhaltung, für die Anderen ist es ein wertvolles, gewinnbringendes Feedback-Instrument.

Tiergestütztes Coaching ist eine geplante, zielorientierte und strukturierte tiergestützte Intervention, die durch professionell ausgebildete Coaches durchgeführt und angeleitet wird. Die Fortschritte und Erkenntnisse, die im Rahmen der Intervention stattfinden werden gemessen und professionell dokumentiert. Durch tiergestütztes Coaching soll die Förderung von persönlichem innerem Wachstum und der sozialen und/oder sozio-emotionalen Funktionen der Klienten angestrebt werden. Darüber hinaus bietet es die Möglichkeit zur Unterstützung zur Verbesserung von gruppenbildenden Prozessen. Wichtig in dem Prozess ist, dass der Coach, der das tiergestützte Coaching durchführt, adäquate Kenntnisse über das Verhalten, die Bedürfnisse, die Gesundheit sowie die Indikatoren und Regulation von Stress der beteiligten Tiere besitzt.<sup>2</sup>

Das Ziel tiergestützter Coaching-Angebote ist es eine erlebnisorientierte Lernerfahrung abseits der bekannten Seminarräume zu ermöglichen. Auf den ersten Blick mag dies ungewöhnlich erscheinen, jedoch kann der Einbezug von Pferden ins Coaching einen großen Mehrwert bringen. Hier ist nicht nur die Freude an der Arbeit mit Pferden seitens des Coaches gefragt sondern auch Professionalität und eine Reihe von weiteren Kompetenzen.<sup>3</sup>

Diese Arbeit behandelt das Thema tiergestütztes Coaching am Beispiel des Pferdes und soll den Wert, den das Pferd zum pferdegestützten Coaching beiträgt, darstellen.

---

<sup>1</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

<sup>2</sup> Vgl. Tiergestützte.de, 2024

<sup>3</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

Vorgestellt werden die Einsatzbereiche, die Rolle und die Wirkung des Pferdes im pferdegestützten Coaching, gefolgt von Beispielen für pferdegestützte Coachings sowie Herausforderungen für die Coach-Klient-Beziehung.

Abschließend werden als Fazit nochmals die wichtigsten Ergebnisse der Arbeit zusammengefasst und eine eigene Bewertung für pferdegestütztes Coaching vorgenommen.

## 2 Einsatzbereiche des pferdegestützten Coachings

---

Tiergestützte Angebote im therapeutischen und pädagogischen Bereich haben häufig Kinder, Jugendliche, Ältere oder Erwachsene mit besonderem Förderungsbedarf als Zielgruppe. Die Klienten im Coaching sind häufig Führungskräfte oder andere Personen im beruflichen Kontext, doch können die angerissenen therapeutischen Effekte auch im Coaching nützlich sein.<sup>4</sup>

Grundsätzlich ist pferdegestütztes Coaching für jede Person, die sich dafür interessiert geeignet. Es ist im Einzel- sowie Gruppencoaching umsetzbar. Häufige Angebote in diesem Bereich finden sich in den Bereichen der Führungskräfteentwicklung, im Team-Entwicklungscoaching oder Vertriebscoaching wieder. Dabei trägt es unter anderem zur Persönlichkeitsentwicklung und dem Erkennen der eigenen Stärken bei.<sup>5</sup>

## 3 Rollen des Pferdes im pferdegestützten Coaching

---

Das Pferd nimmt im pferdegestützten Coaching verschiedene Rollen ein, die im Folgenden erläutert werden.

Neben dem menschlichen Coach fungiert das Pferd selbst auch als Coach. Der Klient kann sich also vom Pferd abschauen, wie man beispielsweise effektiv Menschen führt. In der Regel beißt jedoch keine Führungskraft ihren Mitarbeiter in das Bein, sobald Gefahr droht – fühlt sie sich auch noch so sehr als „Leithengst“. Befürworter des

---

<sup>4</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

<sup>5</sup> Vgl. Dietrich, unternehmer.de, 2021

pferdegestützten Coachings vertreten die Meinung, dass Pferde in der Lage sind zu spüren, worum es geht und den Klienten zeigen, was sie davon halten, sodass diese ihre Schlüsse ganz allein ziehen. Beispiele zur Veranschaulichung werden in Kapitel fünf aufgezeigt.

Auf der anderen Seite fungiert das Pferd als Impulsgeber, um dem Klienten einen außergewöhnlichen Anstoß zur Selbstreflexion zu geben. Das Erlebnis mit den Pferden wird im Anschluss mit dem Coach reflektiert, in die (Berufs-) Praxis transferiert und vor den Hintergrund bewährter Theorien (z.B. zu Teamrollen, Führung, Kommunikation) analysiert. Dabei dient das Pferd als Metapher und Übungsobjekt, z.B. für ein klares und souveränes Auftreten, und wird nicht mit realen Mitarbeitern gleichgesetzt. Die Interaktion mit dem Pferd dient also zur Anregung weiterer Reflexionsprozesse.<sup>6</sup>

## 4 Die Wirkung von Pferden im Coaching

---

Pferde werden schon seit den 50er-Jahren im therapeutischen sowie heilpädagogischen Kontext eingesetzt, also wesentlich länger als im Coaching. Grund für die Zusammenarbeit mit unterschiedlichen Tierarten im therapeutischen Einsatzbereich ist der positive Einfluss auf die Mensch-Tier-Beziehungen.<sup>7</sup> Positive Effekte können allein durch die Anwesenheit des Tieres resultieren. So kann dies beispielsweise den Blutdruck des Menschen senken, entspannend oder euphorisierend wirken oder sogar Depressionen lindern.<sup>8</sup>

Pferde handeln gemäß ihren Grundbedürfnissen und akzeptieren Menschen ganz losgelöst von deren Status oder äußerlichen Erscheinungsbildes.

Das Pferd hat ein Bedürfnis nach sozialen Banden weshalb es sich zunächst grundsätzlich dem Menschen zuwendet und somit dem Menschen Akzeptanz und Bestätigung spenden kann.<sup>9</sup>

---

<sup>6</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

<sup>7</sup> Vgl. Julius et al., 2014

<sup>8</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

<sup>9</sup> Vgl. Vernooij & Schneider, 2007

Für Menschen ist es möglich ihr Bindungsbedürfnis zu befriedigen indem sie eine innige Beziehung zu den Tieren aufbauen<sup>10</sup>. Hinzu kommt, dass Tiere als sogenannte „soziale Katalysatoren“<sup>11</sup> eine emotional öffnende und vertrauensbildende Wirkung haben, was sich positiv auf die Beziehung zwischen dem Klienten und dem Coach auswirken kann<sup>12</sup>. Hier werden Emotionen in das Coaching miteinbezogen, was für den Veränderungsprozess des Klienten von sehr hoher Bedeutung ist denn ohne emotionale Nachempfindung kann sich aus neurobiologischer nichts verändern.<sup>13</sup>

Außerdem ermöglicht die Bewältigung von herausfordernden Übungen ein aktives Handeln und Erleben vielfältiger Emotionen sowie Selbstwirksamkeitserfahrungen, die für die Klienten emotionale Ressourcen im Veränderungsprozess darstellen.

Ein wesentlicher Erfolgsfaktor im Coaching ist eine akzeptierende, empathische und echte Beziehung zwischen Coach und Klient. Eine authentische und akzeptierende Begegnung mit einem Pferd kann daher diese Beziehungsform unterstützen und die emotionale Selbstexploration des Klienten fördern.

Pferde sind Fluchttiere und kommunizieren sowohl mit ihren Artgenossen als auch mit Menschen überwiegend nonverbal.

Verhaltensbiologische Untersuchungen belegen, dass Pferde im Laufe des Domestikationsprozesses ihr Wahrnehmungssystem auf Körpersignale von Menschen verfeinert haben. Daraus ergibt sich der Mehrwert, dass Pferde auf nonverbale Signale und auf den menschlichen Ausdruck reagieren können, während Menschen oftmals versuchen, verbal auszuweichen.

Der Einbezug von Pferden im Coaching bietet den Vorteil, dass der Fokus auf die Körpersprache des Klienten gelegt wird. Hier spielt sich oft das emotionale Empfinden wieder. Der Klient zeigt hier seine typischen Körperhaltungen und intuitiven Verhaltensmuster. Das Pferd reagiert auf den körperlichen Ausdruck des Klienten entsprechend. In der Interaktion mit dem Pferd erleben die Klienten eine direkte Reaktion, z.B., ob das Pferd den Menschen beachtet, ihm freiwillig folgt oder es ruhig oder nervös wirkt. Daran können Inkongruenzen zwischen einer inneren Überzeugung

---

<sup>10</sup> Vgl. Julius et al., 2014

<sup>11</sup> Vgl. Levinson, 1997

<sup>12</sup> Vgl. Greiffenhagen & Buck-Werner, 2011

<sup>13</sup> Vgl. Grawe, 2004

und das Auftreten des Klienten deutlich und spürbar werden, z.B. eine überspielte Unsicherheit.<sup>14</sup> So kommt ein Klient mit beispielsweise nicht ernst gemeinten Erklärungen und Begründungen, die nur in Worten geäußert werden, hier nicht weiter. Das hat zur Folge, dass der Klient damit gezwungen wird, tatsächlich auf die Kongruenz verbaler und nonverbaler Sprache zu achten.

Ein weiterer Effekt, der aus dem pferdegestützten Coaching resultiert ist, dass Pferde zur Restabilisierung verhelfen können. Verhaltensroutinen können vom Menschen selbstorganisiert und dynamisch verändert werden, d.h. durch den Wechsel zwischen Irritation und Restabilisierung.<sup>15</sup> Pferde können zur Irritation beitragen und dadurch zur Restabilisierung verhelfen, da sie für wiederholtes Üben bereitwillig zur Verfügung stehen.<sup>16</sup>

## 5 Beispiele für pferdegestütztes Coaching

---

Im Folgenden werden einige Beispiele für Themen, die im pferdegestützten Coaching bearbeitet werden können, aufgezeigt.

- Reflektion des eigenen Führungsstils
- Nachsorge der Klienten nach einem Burn-out und das vom Klienten empfundene innere Ungleichgewicht, das sich auf seinen Führungsstil auswirkt
- Vertrauensaufbau zu anderen Personen
- Loslösung von der Bewertung anderer Menschen

Die Pferde werden in solchen Fällen zu Demonstrations- und Übungszwecken eingesetzt. Das bedeutet, dass entweder der Coach dem Klienten eine Aufgabe stellt, die er zusammen mit dem Pferd bewältigen soll oder der Coach zeigt mit dem Pferd ein bestimmtes Verhalten auf. Ein Beispiel hierfür ist, dass der Coach sich von hinten an das Tier anlehnt, um volles Vertrauen zu haben. Daraus resultiert, dass die Klienten oftmals Muster erkennen. Die Arbeit mit mehreren Pferden bietet die Möglichkeit, dass

---

<sup>14</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

<sup>15</sup> Vgl. Haken & Schiepek, 2010

<sup>16</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

Klienten Unterschiede in den Reaktionen der Pferde erkennen und erhalten so eine zusätzliche Perspektive auf ihre Wirkung.

Ein weiteres Beispiel für eine eingesetzte Aufgabe im pferdegestützten Coaching ist es, das Pferd durch einen Hindernisparcours zu führen (z.B. über Stangen, im Slalom durch Pylonen oder rückwärts aus einer Sackgasse heraus). Die Hindernisse können z.B. Symbol für Herausforderungen aus dem beruflichen Kontext des Klienten sein.

Darüber hinaus kann als beispielhafte Übung im pferdegestützten Coaching genannt werden, dass der Klient eines oder mehrere Pferde dazu bringen soll, in einem großen Kreis um ihn herumzugehen, im Schritt oder Trab. Dabei ist die körpersprachliche Interaktion des Klienten mit dem Pferd gefragt. Das Anliegen des Klienten, das z.B. nonverbale Überzeugungskraft sein kann spiegelt sich in der Reaktion des Pferdes wider.

Pferde testen, als Herdentiere, kontinuierlich die Vertrauenswürdigkeit und Führungsfähigkeit des Gegenübers, um falls nötig die Führungsposition einzunehmen.<sup>17</sup> In freier Wildbahn bietet eine Herde dem Pferd Überlebensschutz. Herden sind durch eine Rangfolge, beginnend mit dem Alpha-Hengst und ranghöheren Stuten, strukturiert.<sup>18</sup>

In den pferdegestützten Coaching-Sitzungen wird aus der Dyade eine Triade, in der der Coach zeitweise zum Beobachter zweiter Ordnung wird. Der Coach observiert die Reaktionen von Klient und Pferd, um im Nachgang Feedback geben zu können. Dabei können Hypothesen, die vom Coach intuitiv gebildet worden sind, anhand des Beobachteten ganz konkret besprochen werden. So können weitergeführte Fragen oder Interventionen gezielt ausgewählt werden. Die Gespräche, die zwischen den pferdegestützten Übungen geführt werden sollten die Reflexion der Aufgabe unterstützen sowie die Bedeutung für das Coaching-Thema verdeutlichen. Somit stellt das Pferd ein „Diagnosemedium im Beziehungsdreieck“ dar.<sup>19</sup>

---

<sup>17</sup> Vgl. Krüger et al., 2014

<sup>18</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

<sup>19</sup> Vgl. Kupper-Heilmann, 2012; 365

Studien zeigen, dass ein Effekt des pferdegestützten Coachings sein kann, dass Klienten sich ihrer eigenen Verhaltens-, Denk und Gefühlsmuster bewusst werden und diese dadurch verändern können. Als weiterer Effekt resultierte aus Studien eine gesteigerte Führungskompetenz, indem Klienten ihren verbalen und nonverbalen Ausdruck in Übereinstimmung brachten, ihren persönlichen Führungsstil reflektierten und lernten, diesen flexibel anzupassen.<sup>20</sup>

## 6 Herausforderungen für die Coach-Klient-Beziehung

---

Neben den Chancen birgt die Unterstützung des Pferdes im Coaching auch Herausforderung für die Coach-Klient-Beziehung. In einigen Fällen zeigte sich, dass die Übungen mit den Pferden die Interaktion zwischen Coach und Klient stark anregten. Es war zu beobachten, dass die Klienten zum Teil vorher, aber vor allem nach den Übungen emotional expressiv waren. Dies äußerte sich zum Teil darin, dass der Redeanteil des Klienten dann höher war als der des Coaches und es schien, als versuchte der Klient den Coach nach dem intensiven Erleben mit den Pferden aktiv einzubeziehen und ihn an seinen emotionalen Erfahrungen teilhaben zu lassen. Die Sequenzen, in denen der Klient eher auf die Pferde als auf den Coach fokussiert ist, wirkten für das Miteinander von Coach und Klient als Unterbrechungen. Das hatte zur Folge, dass der Coach und der Klient sich häufiger aktiv aufeinander einstellen mussten. Die Übungen sind für den Klienten teilweise herausfordernd daher benötigt der Coach das richtige Zeitgefühl für eine Unterbrechung, um einer Frustration des Klienten entgegenzuwirken. Entscheidend ist hier wie der Coach die Übungen in das weitere Coaching integriert und die emotionale Offenheit des Klienten zur Zielerreichung nutzen kann. Wichtig ist hierbei, dass der Coach an die Aufnahmebereitschaft des Klienten anknüpft, andernfalls ist dieser Moment vertan oder der Klient fühlt sich weniger von ihm verstanden. Dies ist ein Beispiel dafür, dass der Einsatz von Pferden sich folglich auch negativ auf die Beziehung zwischen Coach und Klient auswirken kann.<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin, 2015

<sup>21</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

Wie oben bereits erwähnt, ist nicht nur das Feedback des Pferdes wichtig, sondern auch die Reflexion des Coachs zur beobachteten Interaktion zwischen Pferd und Klient. Wichtig zu erwähnen ist, dass das Pferd nicht das alleinige Wirkungsmoment ist, sondern die Selbstreflexion des Klienten unterstützt. Lernprozesse werden durch die Übungen mit den Pferden effektiv sowohl handlungsorientiert als auch erfahrungsbasiert angeregt.<sup>22</sup>

Auch Inhalte eines pferdegestützten Coachings Prozesses oder Lernerfahrungen aus Rollenspielen bedürfen eines bewussten Transfers in den (Arbeits-) Alltag des Klienten.<sup>23</sup>

## 7 Fazit

---

Die Hinzunahme eines Pferdes beeinflusst den Coaching-Prozess und die Beziehung zwischen Coach und Klient. In dieser Arbeit wurde aufgezeigt, dass die Unterstützung von Pferden eine effektive Möglichkeit sein kann, die körpersprachliche, emotionale und intuitive Ebene im Coaching verstärkt einzubeziehen. Der Coach hat eine entscheidende Rolle in diesem Beziehungsdreieck und hat die Aufgabe durch die Beobachtungen, das Feedback, die resultierenden Fragen und Interventionen den Prozess zu steuern. Daher ist nicht das Pferd der Coach, sondern diese Rolle wird nach wie vor durch den Coach selbst eingenommen.

Bei erfolgreicher Anwendung können Klienten tiefgreifende persönliche und berufliche Veränderungen erleben. Die methodische Kombination aus tiergestütztem Lernen und professionellem Coaching stellt eine nachhaltige Erweiterung traditioneller Coaching-Ansätze dar.

Außerdem sollten die die Beobachtungen aus dem Coaching Prozess reflektiert und in die (Berufs-) Praxis transferiert werden, andernfalls bleibt der Kontakt des Klienten zum Pferd unspezifisch. In dieser komplexen triadischen Dynamik des pferdegestützten Coachings sind vielfältige Kompetenzen nötig, um einen zielgerichteten Nutzen aus

---

<sup>22</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

<sup>23</sup> Vgl. Friesenhahn, coaching-magazin.de, 2015

dieser Methode ziehen zu können. Es werden neben Coaching-Kompetenzen z.B. auch Fachwissen zum Umgang mit Pferden, das entsprechende logistische Umfeld oder die Fähigkeit, mögliche Effekte des Pferdes auf den Klienten einzuschätzen, benötigt.

Zusammenfassend kann daher als Fazit festgehalten werden, dass pferdegestütztes Coaching als ergänzendes Tool in Coaching Prozessen durchaus sinnvoll ist, um die Selbstwahrnehmung, das Führungsverhalten und die Kommunikation des Klienten zu verbessern.

## 9 Literaturverzeichnis

---

- Friesenhahn, D. J. (18. 11 2015). *coaching-magazin.de*. Abgerufen am 05. Dezember 2024 von <https://www.coaching-magazin.de/wissenschaft/wirkung-pferde-coaching>
- Friesenhahn, D. J. (13. 5 2015). *coaching-magazin.de*. Abgerufen am 05. Dezember 2024 von <https://www.coaching-magazin.de/kontrovers/coaching-pferde>
- Grawe, Klaus (2004). Neuropsychotherapie. Göttingen: Hogrefe.
- Greiffenhagen, Sylvia & Buck-Werner, Oliver N. (2011). Tiere als Therapie. Nerdlen: Kynos Verlag.
- Haken, Hermann & Schiepek, Günter (2010). Synergetik in der Psychologie. Göttingen u.a.: Hogrefe.
- Julius, Henri; Beetz, Andrea; Kotrschal, Kurt; Toner, Dennis C. & Uvnäs-Moberg, Kerstin (2014). Bindung zu Tieren. Göttingen: Hogrefe.
- Krüger, Konstanze; Flauger, Birgit; Farmer, Kate & Hemelrijk, Charlotte (2014). Movement initiation in groups of feral horses. In Behavioral Processes, 103, 91–101.
- Kupper-Heilmann, Susanne (2012). Pferde als Diagnose- und Fördermedium. In Jutta Buchner-Fuhs & Lotte Rose (Hrsg.). Tierische Sozialarbeit. Wiesbaden: VS Verlag. 353–367.
- Levinson, Boris M. (1997). Pet-Oriented Child Psychotherapy. 2. Aufl. Springfield: Charles C Thomas Publisher LTD.
- Tiergestützte.de*. (kein Datum). Abgerufen am 05. Dezember 2024 von <https://tiergestuetzte.org/tiergestuetzte-intervention/>
- Vernooij, Monika A. & Schneider, Silke (2007). Handbuch der tiergestützten Intervention. Wiebelsheim: Quelle & Meyer.