

Glücksmomente in der Begegnung mit Pferden: Gewaltfreie Kommunikation mit Menschen und Pferden

Vom 22.08. bis 24.08.2008 fand im Lebensgarten Steyerberg das Seminar ‚Gewaltfreie Kommunikation mit Pferden‘ statt. Man mag sich fragen: Lernen die TeilnehmerInnen mit Pferden zu kommunizieren oder helfen ihnen die Pferde, mit Menschen anders zu kommunizieren? Und tatsächlich konnte man von beidem etwas lernen, wenn man sich auf dieses Wochenende eingelassen hat. Mit Katharina Sander und Stefan Thies standen den TeilnehmerInnen zwei erfahrene Trainer zur Verfügung, die sich sowohl auf die Kommunikation mit Pferden als auch auf die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg verstehen.

Das Seminar begann mit einer Vorstellungsrunde, die gleich eintauchen ließ in freudige, schmerzhaft und auch wehmütige Geschichten über Begegnungen zwischen Mensch und Pferd. So war die Rede ebenso von Gewalterfahrungen im Umgang mit Pferden wie auch von Glücksmomenten in der Kindheit und von Sehnsucht nach ‚wirklicher Begegnung‘ mit dem Wesen Pferd.

Noch am Abend erfolgte eine Annäherung an das Seminarthema, indem Stefan Thies einige Ausführungen zu Menschen und Pferden als ‚Herdentiere‘ machte. Er beschrieb, wie wir in der Begegnung mit Pferden sowohl einem Spiegel unserer Selbst als auch einem ganz individuellen Wesen mit eigenen Gefühlen und Bedürfnissen gegenüber treten.

Und hieran orientierten sich auch die Themen des Seminars: Wie kann ich mit Hilfe der Pferde etwas über mich selbst erfahren? Wie begegne ich als Mensch den Pferden? Begegne ich Menschen in ähnlicher Weise? Falle ich z.B. wildfremden Menschen um den Hals oder halte ich mich so fern, dass eine Kontaktaufnahme beinahe auszuschließen ist?

Was sollte Mensch über Pferd wissen, um Begegnung zu ermöglichen? Pferde schätzen Klarheit und folgen gerne, wenn sie diese Klarheit im Menschen erkennen und sie handeln als Herdentiere zum Wohle aller. Vermischt Mensch jedoch Angst und Anspruch auf Führung (der Herde), so werden die Pferde zu ihrer eigenen Sicherheit lieber selbst die Führung übernehmen wollen.

Wo liegen die Bezüge zur Gewaltfreien Kommunikation? Die Antwort könnte heißen: Fehlt es uns an innerer Klarheit, so brauchen wir Gewalt... Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg will Menschen helfen, in Klarheit und Eindeutigkeit zu kommunizieren. Pferde schätzen dies und geben uns direkte Rückmeldung, ob wir diese innere Klarheit gerade haben. Sie bewerten nicht und urteilen nicht. Sie handeln unmittelbar und ihre Reaktion auf Mensch zeigt, ob unsere Gefühle, Bedürfnisse und unser Handeln im Einklang sind, oder ob unser ‚Lied‘, das wir gerade singen noch Dissonanzen enthält. Daher helfen uns Pferde, Gewaltfreie Kommunikation zu lernen: Sie zeigen uns, wann immer wir nicht zu unseren Gefühlen stehen, unsere Bedürfnisse leugnen oder diese mit Gewalt durchsetzen wollen.

So war der zweite Seminartag auch durch Erfahrungen mit dem Pferd geprägt, im Wechsel mit Einheiten im Seminarraum, die der Reflexion von Gefühlen und Bedürfnissen sowie dem Erlernen des Modells der Gewaltfreien Kommunikation dienten.

Einige wenige Hinweise die Sicherheit betreffend und schon ging es los, in der Begegnung mit dem Pferd, die ‚universale Sprache‘ (Stefan Thies) zwischen den Lebewesen zu erkunden. Schnell zeigte sich, wie sehr die TeilnehmerInnen sich danach sehnten, vom Pferd wahrgenommen zu werden und welch ein tiefes Glücksgefühl entsteht, wenn diese Verbindung erlebt wird.

Eine Verbindung mit dem Pferd kann, so die SeminarleiterInnen, leichter aufgenommen werden, wenn wir das, was wir mit dem Pferd tun, aus tiefer innerer Freude und mit Spaß tun. So können wir Pferde zum Mitmachen motivieren. Diesen Spaß, der aus dem Innern kommt, griff Katharina Sander dann auch im Seminarraum auf, indem sie die Bedeutung der ‚Schönheit der Bedürfnisse‘ (Robert Gonzales) herausstellte und in das Modell der Gewaltfreien Kommunikation integrierte.

Eine Teilnehmerin beschrieb die Begegnung mit dem Pferd so: „Es geht ums einfache Beisammen-Sein. Darum, noch weniger zweckgebunden zu handeln. Dies erfüllt mich mit Freude und ich möchte mir künftig mehr Zeit dafür nehmen.“

Pferde lehren uns, zuerst Verbindung und Vertrauen aufzubauen und dann erst etwas zu wollen. Dieses Vertrauen kann aber auch jederzeit wieder irritiert werden.

Insbesondere wenn wir im Ärger zum Pferd gehen, ist das Pferd verunsichert. Bei ihm kommt nicht Ärger an, sondern es nimmt wahr, dass beim Menschen etwas nicht stimmt. Es ist verunsichert, wenn der Mensch nicht klar ist und aus Sicht des Pferdes ist somit eine notwendige Voraussetzung für die Übernahme der (Herden-)Führung nicht erfüllt. Vertrauen schaffen heißt im Umgang mit Pferd (und Mensch?) daher zuallererst ‚Integer-Sein‘, da Pferde eine sensible Wahrnehmung davon haben, ob Gefühle, Worte und Handlungen übereinstimmen.

Und wieder gab es Glücksmomente bei den TeilnehmerInnen: „Das war ein Glücksgefühl. So habe ich ein Pferd noch nie gespürt.“

Der dritte Seminartag führte zunächst zum Tanzparkett der Gewaltfreien Kommunikation nach Bridget Belgrave/ Gina Lawrie. Mit diesem Hilfsmittel machte Katharina Sander anhand eines konkreten Falles für alle erfahrbar, was der ‚Tanz‘ zwischen Gedenken/ Urteilen, Beobachtung, Gefühlen, Bedürfnissen und Bitten heißt: Vor, zurück, zur Seite, vor....

Und wieder die Frage: Bin ich klar? Bin ich bereit, eine klare Bitte in die Kommunikation zu geben? Oder ist da noch ein Gedanke oder ein Gefühl, das mir zeigt, dass zuerst noch ein weiteres Bedürfnis gesehen werden will? Das Motto kann hier nur lauten: ‚Mit dem Sein, was gerade ist‘ und den Tanz mit Freude tanzen.

Dann folgte der Höhepunkt in der Begegnung mit den Pferden: Drei Personen bilden mit einem Pferd eine Herde und wollen gemeinsam einen ‚Parcours‘ durchlaufen – ohne Halfter und Gerte versteht sich. Die einzigen ‚Hilfsmittel‘ bestehen in Spielzeug: Bälle, Stofftiere und Rohre, um selbst ins Spielen zu kommen und so das Pferd zu interessieren. Und dann die Frage: Wann schließt sich das Pferd gerne und freiwillig der ‚Menschenherde‘ an? Die Antwort ist so einfach wie ihre praktische Umsetzung anspruchsvoll ist: Wenn Verbindung und Vertrauen mit Spaß und Klarheit zusammentreffen, dann steigt die Wahrscheinlichkeit, dass Glücksmomente durch tiefe Begegnung zweier Lebewesen mit Leib und Seele geschehen dürfen.

Ich danke Katharina Sander und Stefan Thies dafür, dass sie Menschen die Möglichkeit hierfür bieten. Dies erfüllt mir Achtsamkeit im Umgang mit Mensch und Tier.