

«Wichtig ist, dass ihr wisst, was ihr wollt.»



Über den Umgang mit Pferden lernen, wie man Kinder erzieht? Wir waren skeptisch. Und besuchten das Parentship-Seminar in Scuol (GR). Das Ergebnis ist erstaunlich.

Text Anita Zulauf Bilder Sophie Stieger



Wir lernen,
wie man Pferde
sanft leitet,
ohne Druck und
Zwang. Gar nicht
so einfach.

*«Ihr müsst einen
Plan haben. Wenn
ihr unklar seid,
macht das Pferd,
was es will.»*

Ich streichle Jerry und bin ver-

söhnt. Am Morgen noch hat mir dieses mächtige braune Araberpfard einen Riesenschrecken eingejagt, ich habe gezittert, das Herz pochte bis zum Hals. Dieser 400-Kilo-Koloss hat sich überhaupt nicht um meine Anweisungen geschert. Vor lauter Stress habe ich gefuchelt, gewedelt, bin gestolpert, gestrauchelt und dann hingefallen. Jerry kümmerte das alles nicht die Bohne, er machte sich gemütlich über das saftige Gras her. Fast habe ich zu heulen angefangen und hätte am liebsten alles hingeschmissen. Ich war ganz unten.

Aber nun sind wir so was wie beste Freunde. Finde jedenfalls ich. Jerry hat gerade eben auf meine Anweisungen hin Fässer umlaufen, ist rückwärts gegangen und wieder nach vorn, ist über eine Hürde gesprungen und im Kreis gelaufen. Und jetzt legt er mir seine weiche, warme Pferdeschnauze auf die Schulter und schnaubt mir ins Ohr. Ein schönes Gefühl.

Werde ich mich blamieren?

48 Stunden zuvor: Ich fahre mit dem Auto über den Flüelapass (GR). Eine raue, karge Gegend, Ruhe ausstrahlend, Behäbigkeit. Ich bin auf dem Weg ins Unterengadin zum Reitstall San Jon in Scuol zu einem zweitägigen Seminar. «Parentship, natürlich Eltern sein – gelassen führen und erziehen» ist eine Idee von Erziehungs- und Familienberaterin Verena Albertin. Gemeinsam mit Horsemanship-Trainerin Liz Heer bietet sie die Seminare an. Was, fragte ich mich, haben Pferde mit Kindererziehung zu tun? Und kann man tatsächlich über den Umgang mit Pferden etwas über den Umgang mit Kindern lernen? Oder ist es nur so etwas Esoterisches?

Etwas nervös werde ich, als ich auf der Homepage von Parentship lese, dass Pferde innert zehn Sekunden entscheiden, wie wir auf sie wirken. «Wie steht es um deine natürliche Autorität, Authentizität und Überzeugungskraft?» Ich grüble während der Fahrt ins Unterengadin. Wie authentisch wirke ich denn und wie überzeugend? Werde ich mich vor versammelter Gruppe blamieren? Was, wenn ich schwach wirke, unbeholfen? Rechts unter mir tobt der Inn, braun, mächtig, riesige Baumstämme tanzen wie Streichhölzer im strudelnden Wasser.

Es ist Abend, als ich im Reitstall San Jon von Brigitte Prohaska und Men Juon ankomme. Er liegt auf einer Anhöhe über Scuol, eingebettet zwischen mächtigen Bergen. Zwei langgezogene Ställe, ein Saloon als öffentliches Restaurant mit Gästezimmern, daneben ein Bau, motelähnlich im Westernstil, mit weiteren Zimmern. Die etwa 70 Pferde sind in ihren Boxen oder im Offenstall, fressen schnaubend und dampfend. Im Saloon treffe ich auf meine Seminarmitstreiter. Vier Frauen, ein Mann, alle sind wir Eltern.

Samstagmorgen, 9 Uhr: «So meine Lieben, jetzt werden wir eure Komfortzonen stretchen», sagt Horsemanship-Trainerin Liz Heer. Sie steht vor uns, lacht und sieht mit ihrer Schirmmütze und dem blonden Pferdeschwanz ganz schön tough aus. Sie läuft los in Richtung Koppel. Wir, die zusammengewürfelte Elterngruppe, schlendern plaudernd hinter ihr her, bis sie ruft: «Ihr seid nicht zum Plaudern hier, jetzt mal mehr Drive bitte!» Dieser Drive hält an, die ganzen beiden Tage.

«Wenn wir Kinder in unsere Leben holen, liegt es auch in unserer Verantwortung, sie auf die Welt dort draussen vorzubereiten», sagt uns Liz Heer. Wir müssen ihnen den Weg zeigen und die Führung übernehmen.

Parentship-Seminare:

Erziehungskoaching und Horsemanship; Grund- und Fortgeschrittenenseminare; je zwei Tage im Reitstall San Jon in Scuol (GR); Kosten pro Seminar 800/1520 Franken, zzgl. Unterkunft, Verpflegung und Leihpferd; Vorkenntnisse nicht nötig. Mehr unter → www.parentship.ch

men. Und sie sagt, dass Pferde keine Kumpels wollen. «Sie wollen einen klaren Leader, einen, der ihnen sagt, was sie tun sollen und ihnen dadurch Sicherheit gibt. Wie Kinder auch.» Einem echten Leader folgen Pferde gerne. Werden sie nicht geführt, machen sie, was sie wollen oder übernehmen selber die Führung. «An diesem Wochenende werdet ihr viel über euch selbst lernen, vielleicht werdet ihr ganz unten ankommen im Tal. Aber dann geht es Schritt für Schritt den Berg rauf.»

Die vier Phasen

Liz Heer erklärt uns auf der Koppel die Grundregeln für den Umgang mit Pferden – und meint damit immer auch das Kind: «Am Anfang steht immer die Beziehung. Nehmt euer Herz in beide Hände, seid freundlich. Geht unaufgeregt zu eurem Pferd hin, macht euch bekannt und streichelt es erst mal am Hals.» Wir tun das, streicheln unsere Pferde. Die lassen sich das gerne gefallen.

Wenn Liz Heer über Pferde spricht, sagt sie nicht arbeiten oder dressieren. Sie sagt spielen. Und das sollen wir nun tun. Mit den Pferden spielen. Das klingt gut. «Das Wichtigste ist, dass ihr wisst, was ihr vom Pferd wollt. Ihr müsst also einen Plan haben. Wenn ihr unklar seid, weiss es nicht, was ihr wollt.» Und: «Ihr müsst überzeugend auftreten. Körperhaltung, Gestik und Mimik sind im Umgang mit Pferden wichtiger als Worte.» Sie zeigt uns am Freiburger Halley die vier Phasen, die man vom Verhalten der Pferde in der Herde abgeschaut hat:

Phase 1: Plan; Fokus; per Gestik den Vorschlag machen, zum Beispiel Rückwärtsgehen; gehorcht das Pferd nicht:

Phase 2: mit dem Zeigefinger hin und her wedeln, so wie man einem Kind warnend den «Mei-Mei-Finger» zeigt; gehorcht das Pferd nicht:

Phase 3: das Seil schlangenlinienmässig bewegen, um mit Nachdruck das Gewünschte zu fordern; das Pferd gehorcht noch immer nicht:

Phase 4: «Badabum», sagt Liz Heer, mit einer schnellen Seilbewegung touchiert der Halfterhaken etwas unsanft die Pferdeschnauze. Das Tier tut sofort, was sie will.

Autsch, das tut doch weh. Liz Heer kennt die Reaktionen von sensiblen Laien und er-



Bild links: Phase zwei, Fingerzeig: «Beim Umgang mit Pferden sind Gestik und Mimik wichtiger als Worte», sagt Horsemanship-Trainerin Liz Heer. Bild unten: Trockenübungen auf dem Heuboden.



Leine lang lassen, Freiraum geben: Lyss ist mein erstes Übungspferd. Sie interessierte sich nur bedingt für meinen Auftritt.



Knifflig: Der Knoten beim Halfter soll sich mit einem Griff wieder lösen.



«Ihr werdet ganz unten im Tal ankommen. Doch dann geht es Schritt für Schritt den Berg hinauf.»

Der Reitstall San Jon in der Abenddämmerung: Stoff für gute Unterhaltung während des Abendessens gab es genug.

klärt: «Das ist für das Pferd nicht schmerzhaft, das ist wie ein Nasenstüber. Im Kampf schlagen Pferde mit Hufen und beissen sich. Die sind nicht so zart besaitet wie wir.» Aber sie sagt auch, dass man es am besten gar nicht erst zu Phase vier kommen lassen sollte. «Ihr müsst vorher überzeugen.»

Hat das Pferd gemacht, was wir verlangen, sollen wir uns umdrehen, den Druck wegnehmen, uns zufrieden zeigen. Dem Pferd Komfort geben, nennt es Liz Heer. Muss man es nicht loben und streicheln dafür, dass es gehorcht hat? «Nicht unbedingt. Man muss ein Pferd nicht jedes Mal loben, es reicht, wenn ihr euch zufrieden zeigt, sie einfach in Ruhe lasst.»

«Du machst zu viel Druck!»

Was sie vorzeigt, geschieht innerhalb von wenigen Sekunden und sieht ganz einfach aus. Das schaffe ich locker, denke ich. Ich stell mich vor Lyss, den schwarz-weißen Tinker, fokussiere, mache die Handbewegung zum Rückwärtsgehen. Lyss schaut desinteressiert zur Seite. Offensichtlich überzeuge ich sie nicht. Ich ziehe am Seil damit sie mich wieder anguckt. Fokus stimmt, ich wiederhole freundlich meinen Wunsch, sie macht keinen Wank. Ich wedle mit dem Finger, dann mit dem Seil, dann folgt «Badabum». Das Pferd gehorcht. Super, denk ich, gut hab ich das gemacht, spielen mit Pferden macht Spass. Und gleich nochmal. Und ich wedle schon wieder mit dem Finger, da ruft Liz Heer: «Du willst zu viel, du machst Druck! Sie hat doch gerade gemacht, was du wolltest. Sei zufrieden und gib ihr Komfort!» Ach ja. Ich stell mich rückwärts vor das Pferd und gebe Komfort.

«Es ist wichtig, dass ihr euch zufrieden zeigt und den Druck wegnehmt, wenn das Pferd eine Aufgabe erfüllt hat. Sonst überfordert ihr es», sagt Liz. Ich denke an meine Kinder, und dass ich tatsächlich oft Druck ausübe. Dass ich Phase eins und zwei oft überspringe, mit gereiztem Ton und in einem Schwall der Worte unzählige Sachen auf einmal verlange.

Die 56-jährige Liz Heer, Mutter von zwei erwachsenen Söhnen, arbeitet seit bald 20 Jahren mit Horsemanship, das sie in Amerika bei der Koryphäe Pat Parelli erlernt hat. Sie strahlt mit ihrer offenen Art Natürlichkeit und Herzlichkeit aus. Die auch spürbar ist, wenn sie uns den Spiegel vorhält und sagt: «Du bist ein Kontrollfreak,

halte die Zügel nicht so straff.» «Du bist eine Minimalistin, magst keine Konflikte, willst mit möglichst wenig Aufwand ans Ziel, gell.» «Steht gerade, eure Körpersprache soll überzeugen.» Und zu mir wieder: «Du machst zu viel Druck.»

Freundlich und bestimmt

Wir führen die Pferde am Seil und lernen, die Leine lang zu lassen, Freiraum zu geben. Wir sitzen auf den Pferden, ohne Sattel, und führen über die Zügel, sanft, ohne Reissen und Ziehen. Gar nicht so einfach. Und wir liegen auf den Rücken der Pferde, streicheln sie, um Nähe, Vertrauen und Beziehung aufzubauen. Wir hören ganz schön viel, an diesem Tag.

Beim gemeinsamen Abendessen im Saloon sind wir Eltern etwas ratlos. Zwar haben wir die lange Leine, den Freiraum und die vier Phasen kapiert. Aber wie überträgt man das auf Kinder? Und ist mit der Phase vier wirklich gemeint, dass man in letzter Konsequenz hauen soll? Ich habe Mühe, die Bilder übereinander zu schieben. «Natürlich ist nicht gemeint, dass ihr euren Kindern wehtun, sie bestrafen sollt», sagt die grossgewachsene, braunhaarige Erziehungs- und Familienberaterin nach Jesper Juul, Verena Albertin. Sie ist für die Elternbildungsworkshops im Seminar zuständig und Mutter einer fünfjährigen Tochter. Wir möchten konkrete Tipps, eine Art Wegweiser, wie diese Phasen umzusetzen sind und wie diese letzte Konsequenz aussieht. Doch da laufen wir ins Leere: «Von uns bekommt ihr keine Rezepte.» Wir sollen unseren eigenen Plan entwickeln. «Nur wenn er von euch selber kommt, seid ihr auch authentisch.»

Kinder, sagt Verena Albertin, machen nicht Schwierigkeiten, weil sie uns ärgern wollen. Sie tun es, weil sie Kinder sind. «Versucht also nicht primär, eure Kinder zu ändern. Ändert erst euren Fokus auf euch selbst.» Ist die Phase zwei erreicht, müsse man sich auch fragen, ob man nicht zu viel verlange. «Kinder kooperieren gerne, aber nur solange, bis das Mass voll ist. Sie können nicht immer nur gehorchen, manchmal ist Ungehorsam auch der Ausdruck von Überforderung», so Albertin. «Lernt eure Kinder erst besser verstehen, sucht den Dialog um herauszufinden, wie es ihnen geht im Konflikt.»

An diesem Abend gab es genug Stoff für angeregte und auch heitere Diskussionen bei

Engadiner Wein und Bier, bis in die späten Abendstunden.

Beim Workshop am nächsten Tag ermuntert uns Verena Albertin, den Kindern altersgemäss auch mehr Verantwortung zu übergeben. Vertrauen und loslassen. Freiraum geben, die Leine lang lassen, genau wie bei den Pferden.

Und dann, auf dieser Wiese, als mir Jerry seine Pferdeschnauze auf die Schulter legt und mir ins Ohr schnaubt, macht es langsam Klick. Ich habe also die Wahl. Ich kann mich weiter ärgern, die Kinder vollquatschen und mich bei ihnen über sie beschweren. Oder ich kann mir überlegen was ich will, meinen Plan mit Gelassenheit, Ruhe und Konsequenz durchsetzen. Ohne Gekeife, mit Liebe, Freundlichkeit, Körpersprache. Wir Eltern sind die Dirigenten, gemeinsam mit den Kindern machen wir die Musik.

Im Alltag

Zum Abschied sagt Liz Heer: «Ihr wisst jetzt, dass da was ist. Dem könnt ihr euch nicht mehr einfach entziehen.» Auf der Autofahrt zurück ins Mittelland ist es tatsächlich so. Da ist was. Und irgendwie spüre ich Ruhe, Zufriedenheit, Gelassenheit, fühle mich bestärkt. Aber ich frage mich auch: Warum zum Henker bin ich nicht einfach selber darauf gekommen?

Wies im Alltag funktioniert? Interessant ist, dass die Kinder meine klaren Worte zu schätzen scheinen. Ich stelle mich auch mal hin und zeige mit dem Finger, wo es langgehen soll, ohne viele Worte. Klar quengeln sie nach wie vor lautstark, etwa wenn ich Fernsehen nicht erlaube, wenn ich aufs Aufräumen der Küche bestehe. Aber sie akzeptieren meine Entscheidungen eher.

Über die Phase zwei kommen wir eigentlich gar nicht heraus. Denn weil ich zwar bestimmter auftrete, aber gleichzeitig freundlich bin, nicht mehr so genervt und gereizt reagiere, lasse ich mehr Nähe zu, Raum für Gespräche und die Meinung der Kinder. Ich verlange weniger, lasse die Leine länger, zeige mich zufrieden und gebe Komfort. Was ich erstaunlich finde ist, wie man letztendlich mit weniger Energieaufwand mehr erreichen kann.

Es ist nicht immer einfach. Und ich falle noch ab und zu in die alte Rolle.

Aber froh ich bin schon, dass meine Kinder keine zwei-Meter- und 400-Kilo-Kolosse sind.