



Die Übungen mit dem Co-Trainer Pferd sind mehr als nur ein interessantes Outdoor-Event

Haben Sie sich schon einmal gefragt, warum die erfolgreichsten Menschen dieser Welt nicht auch gleichzeitig die mit dem höchsten IQ sind?

Weil für den Erfolg der IQ nur zweitrangig verantwortlich ist. Der durch seinen internationalen Bestseller „EQ- bekannte amerikanische Psychologe Daniel Goleman fand heraus, dass die logisch-rationale Intelligenz, also der IQ, nur etwa 20% zu Erfolgen im Beruf und Privatleben beisteuert. Ebenso wichtig wie der IQ ist die Emotionale Intelligenz. Als EQ wird die Fähigkeit bezeichnet, die Emotionen, Erfahrungen, Meinungen, Weltanschauungen anderer Menschen konkret, bewusst wahrzunehmen und diese dann wiederum mit den eigenen, bewusst gemachten Emotionen, Erfahrungen, Fähigkeiten und dem eigenen Verstand situationsentsprechend so zu verknüpfen, dass das bestmögliche Ergebnis aus diesen aktuell vorhandenen Ressourcen erzielt wird.

Unsere Emotionen und auch die Speicherung unserer emotionalen Erfahrungen haben ihren Sitz in einem evolutionsgeschichtlich uralten Bereich unseres Gehirns, dem Limbischen System, das völlig unabhängig von unserem Verstand arbeitet. Es gliedert äußere und innere Einflüsse ein, bewertet diese emotional, speichert sie entsprechend ab und schüttet dazu passend Endorphine aus. Das Limbische System hat also auch großen Einfluss auf unser Gedächtnis und darauf, was, mit welcher Emotion gekoppelt, wie nachhaltig erinnert wird. Hier ist z. B. der Erfolg von all den schönen bunten Werbespots zu suchen, deren faktischer Inhalt meist gleich null ist. Dazu kommt, dass in einer aktuell erlebten Situation die Emotion immer schneller vorhanden ist, als das Ergebnis des logischen Denkens. Der EQ ist also nicht theoretisch vermittelbar, das Limbische System kann mit Büchern und Handouts nichts anfangen. Um beruflich und privat erfolgreich zu sein, bedarf es eines ganzheitlichen Denkansatzes. Das Limbische System und der Neokortex, der Sitz unseres logisch-rationalen Denkens, müssten hierzu verknüpft werden.

Das tun wir in unserer Arbeit mit dem Co-Trainer Pferd, sie findet in beiden Hirnregionen statt.

Wir setzen das Pferd in den praktischen Übungen als Auslöser von Emotionen, neutrales Spiegelbild und Feedbackgeber ein. An den verschiedenen Emotionen, den Aktionen und Reaktionen des Teilnehmers wird deutlich, wie wir spontan, wann und wie auf die verschiedenen Herausforderungen reagieren. Die anschließende Analyse des Geschehens und das nachfolgende Coaching machen die Emotionen, verbunden mit deren Auswirkungen auf unser Handeln bewusst und damit veränderbar. Die Arbeit mit dem Pferd bedeutet praktisches und rationales Training des EQ.

Diese praktischen Teile eines Seminars sind also nicht nur ein interessantes Outdoor-Event. Die auch bildhaft, der Praxis gemachten Erfahrungen und Erkenntnisse, werden nachhaltig erinnert, konstruktiv eingesetzt und sind im Alltag weiterhin präsent. Das spiegelt sich durchgängig, sowohl in den Aussagen, als auch in den späteren Erfahrungen und Erfolgen unserer Seminarteilnehmer wieder.