

# Rückblick auf das Gelassenheitstraining mit Kersten Klophaus und Regina Schiemann

---

Am Wochenende 24./25. August 2019 war es endlich wieder soweit: **Gelassenheitstraining für Mensch und Pferd mit Kersten Klophaus und Regina Schiemann**, beide ehemalige Mitglieder der Polizeireiterstaffel Nordrhein-Westfalen, auf der schönen Anlage von Manuela Lohse und Conny Faißt in Bescheid.

Gespannt und wohl auch etwas aufgeregt waren wir wohl alle – sowohl die „alten Hasen“ unter uns, die vor zwei Jahren schon einmal das Vergnügen hatten, mit Regina und Kersten einen Kurs machen zu dürfen, als auch die Mensch-Pferd-Paare, die das erste Mal dabei waren.

Zur Einstimmung - und wohl auch als Stressabbau gedacht - gab es an beiden Kurstagen morgens jeweils eine theoretische Einheit:

Samstag durften wir einiges über die vier Grundcharaktertypen der Pferde lernen (abgeleitet aus der sogenannten Temperamentenlehre nach Hippokrates, der die Menschen einteilte in Sanguiniker, Phlegmatiker, Melancholiker und Choliker). Was vielleicht zunächst trocken klingt, war jedoch sehr spannend. So sollte es eine unserer Aufgaben für die beiden Kurstage werden, immer wieder einen Blick darauf zu haben, welches der anwesenden Pferde welchen Pferdetyp verkörpert, was nicht einfach war! (Dankenswerterweise hatten wir am ersten Tag einen männlichen Zuschauer, der uns dabei unterstützt hat und ziemlich treffsicher mit seinen Beobachtungen war). Über das Erkennen des jeweiligen Pferdepersönlichkeitstyps wurde dem ein oder anderen das eigene Pferd näher gebracht, weil (endlich) verständlich wurde, warum das Pferd – eben entsprechend seines Typs – gerade so und nicht anders reagiert, was uns dann später wiederum auch bei den praktischen Übungseinheiten weiterhalf.

Sonntag war das theoretische Thema dann die Sinneswahrnehmung des Pferdes. Hier wurde uns nochmals deutlich vor Augen geführt, wieviel die nachfolgenden praktischen Übungen unseren Pferden in ihrer Eigenschaft als Fluchttiere, die sowohl besser sehen und hören als auch riechen und tasten können als wir Menschen, abverlangen.

Mit derartigem Hintergrundwissen konnten wir dann mehr oder weniger gelassen in die Praxis einsteigen. Dabei haben es Regina und Kersten immer verstanden, die Übungen so aufzubauen, dass alle Mensch-Pferd-Paare, von denen stets zwei zeitgleich in der Halle gearbeitet haben, die Herausforderungen erfolgreich meistern konnten. Denn es ging auch darum, das Selbstbewusstsein unserer Pferde zu stärken, indem wir die „Comfort-Zone“ verließen und in der „Stretching-Zone“ Neues erarbeiten, ohne unsere Pferde (oder uns selbst) in die „Panic-Zone“ zu manövrieren.

Alle von uns sollten zunächst vom Boden aus unsere Pferde mit den unterschiedlichsten Hindernissen/"Gefahren" konfrontieren bzw. vertraut machen und sie dann gemeinsam angehen. Da waren z. B. verschiedenste Knister- und Glitzerfolien, über die die Pferde geführt werden sollten, Tapeten, die sie "durchtreten" durften, Bretter mit aufgeblasenen

Luftballons, die es zu überqueren galt ebenso wie Brücke und Wippe, Fahnen in jeglicher Kombination (in Pylonen stehend, getragen, geschwenkt, selbst als Sprunghindernis für die, die am 2. Tag die Übungen vom Sattel aus angehen wollten). Am zweiten Tag konnten wir das Gelernte noch mal vom Boden aus vertiefen oder wer wollte, Gelassenheit vom Sattel aus üben. Dabei waren der Kreativität keinerlei Grenzen gesetzt: Selbst Geländeeinheiten mit im Gebüsch versteckten "Knatterdingern" und zum Platzen gebrachten Luftballons hat Kersten angeboten!

Um das Glücksgefühl zu beschreiben, dass wir wohl alle am Ende des zweiten und letzten Kurstages hatten, muss man diesen Kurs mit unseren beiden kreativen, lobenden, manchmal auch kritikübenden, aber immer verständnisvollen und wohlwollenden Kursleitern selbst erleben - für viele von uns jedenfalls nächstes Jahr bestimmt wieder.

Text: Petra Klas und Jutta Hartmann

Bilder: Daniela Braun



