

## Therapeutisches Reiten **Keine Angst vor großen Tieren**

Von Holger Schmidt 07.02.2020 - 13:00 Uhr



Marion Hoffmann demonstriert die von ihr mitbegründete Kinetic Mind Coaching-Methode.

*Foto: Baumann/Alexander Keppler*

Leonberg - Das ist Rekord, wir hätten auch 120 Plätze vergeben können“, freute sich Rainer Weller, Leiter des Sportamtes der Stadt Leonberg. Über 80 Teilnehmer kamen am Freitag zum Seminar für „Therapeutisches Reiten“ zum Reit- und Fahrverein Leonberg, und das Reiterstüble platzte vor allem im Theorieteil am Vormittag fast aus allen Nähten.

Die bereits zum 31. Mal stattfindende Veranstaltung zum Auftakt des Leonberger Pferdemarktes hat sich längst einen guten Ruf weit über die Stadt und Region hinaus erarbeitet, wie Besucher aus dem ganzen Großraum Stuttgart und zum Teil sogar aus anderen Bundesländern eindrucksvoll dokumentierten. Die Referentin Marion Hoffmann trug ihren Teil dazu bei, dass zum schon erworbenen Renommee ein weiteres Stückchen hinzugekommen ist. In Theorie und Praxis beschäftigte sich die Diplom-Sozialpädagogin und Psychotherapeutin mit der „Angst“, nicht selten ein Tabuthema unter Reitern, und vermittelte ihren Seminargästen Übungen für die eigene Arbeit mit Klienten, speziell Kindern.

### Für die Angst vor Pferden muss sich niemand schämen

Dass zu fast 90 Prozent Frauen und Mädchen kamen, sei ganz normal in ihrem Metier, so Marion Hoffmann, die seit 1994 in ihrer eigenen Praxis im Landkreis Celle tätig ist. Und auch für die mögliche Angst vor Pferden müsse sich angesichts der großen und bis zu zehnmals schwereren Tiere wahrlich kein Mensch schämen. „Ein Reiter, der keine Angst hat, hat eine Störung im linken Schläfenlappen“, formulierte die Expertin und registrierte sogleich manches Nicken im Raum. Und fügte hinzu: „Je mehr wir versuchen, Angst unter den Teppich zu kehren, desto größer wird sie.“

Mentales Coaching – Kinetic Mind Coaching – ist das Rezept der Stressmanagementberaterin und Buchautorin, um Ängsten, Blockaden und Burnout wirksam zu begegnen. „Schlechte Erfahrungen mit positiven Erfahrungen überschreiben“ oder „Angst nicht anerkennen, sonst wird der Stand immer wackeliger“, wie sie allgemein verständlich erklärte. Per se negativ sei Angst keineswegs. Hätte sie aus Sicht des Gehirns doch zunächst die Funktion, unser Überleben zu sichern. „Das Gehirn ist aufgrund individueller Lebenserfahrung darauf programmiert, den Schutzmechanismus Angst einzuschalten“, unterstrich Marion Hoffmann.

### Harmonisches Miteinander der Gedanken

Der „Ausflug ins Gehirn“ verdeutlichte die Kraft der Gedanken und wie schließlich negative Gedanken zum Pferd in ein harmonisches Miteinander umgewandelt werden können. Wie die von Marion Hoffmann mitbegründete Kinetic Mind Coaching-Methode, eine Symbiose aus Gehirnforschung, Kinesiologie (alternativmedizinisches Diagnose- und Behandlungskonzept), Stressforschung, systemischer Therapie und gewaltfreier Kommunikation beim Reiten zur Anwendung kommt, verdeutlichten die abschließenden praktischen Übungen am Nachmittag.