

## Mama-Coaching

Hingabe an die Familie, ohne sich dabei selbst aufzuopfern

### **Sicherheit vermitteln**

Pferde sind Fluchttiere. Sie sind daher sehr sensibel für Körpersprache und Emotionen. Wenn Eltern sich unsicher oder ängstlich fühlen, spürt das das Pferd und reagiert entsprechend. Das kann zu Missverständnissen und Konflikten führen, die sich auch in der Familie zeigen.

Im Pferdecoaching lernen Mütter, wie sie Sicherheit und Vertrauen vermitteln können. Sie lernen, ihre Körpersprache bewusst einzusetzen und ihre Emotionen zu kontrollieren. Dadurch schaffen sie eine Basis für eine vertrauensvolle Beziehung zum Pferd und in der Folge auch zu ihren Kindern.

### **Beziehung aufbauen durch natürliches emphatisches Verhalten**

Pferde sind hochintelligente Lebewesen mit einem ausgeprägten Gespür für Emotionen. Sie können die Gefühle ihrer Menschen sehr gut verstehen und darauf reagieren.

Im Pferdecoaching lernen Mütter, wie sie eine natürliche und empathische Beziehung zum Pferd aufbauen können. Sie lernen, sich auf die Bedürfnisse des Pferdes einzustellen und seine Gefühle zu respektieren. Dadurch entsteht eine tiefe Verbindung zwischen Mensch und Tier, die sich auch auf das Mutter-Kind-Verhältnis positiv auswirken kann.

### **Respekt- und vertrauensvoller Führungsstil**

Pferde sind Herdentiere. In der Herde gibt es eine klare Rangordnung, die durch Respekt und Vertrauen geprägt ist.

Im Pferdecoaching lernen Mütter, wie sie einen respektvollen und vertrauensvollen Führungsstil entwickeln können. Sie lernen, klare liebevolle Grenzen zu setzen und diese konsequent zu vertreten. Dadurch lernen sie auch, sich selbst und ihre Bedürfnisse auszudrücken und dann gemeinsam umzusetzen.

### **Verhaltensmuster erkennen und auflösen**

Pferde sind Spiegel unserer eigenen Persönlichkeit. Sie zeigen uns unsere Stärken und Schwächen auf.

Im Pferdecoaching können Mütter ihre eigenen Verhaltensmuster erkennen und auflösen. Sie lernen, sich selbst besser zu verstehen und ihre Beziehungen zu anderen Menschen zu verbessern.