

# „Angst“ – ein Tabuthema unter Reitern? Lösungen und neue Wege



Referentin:

**MARION HOFFMANN**

Dipl. Soz. Pädagogin, Psychotherapeutin HeilprG, Kinesiologin und Stressmanagementberaterin in eigener Praxis, Seminarleiterin und Buchautorin (Muckis und Köpfchen, Oesch Vlg.), Mitbegründerin der Kinetic Mind Coaching Methode

**VERANSTALTUNGSORTE**

**Rügen:**

Uns Dörphus  
18574 Poseritz auf Rügen

**Eldingen:**

Therapeuten Team Eldingen  
Mittelstraße 9  
29351 Eldingen

**DATUM**

04.05.2019 auf Rügen  
14.09.2019 in Eldingen

**TEILNEHMER**

10–16

**KOSTEN**

105 € für Mitglieder DKThR  
135 € für Nichtmitglieder

**BUCHUNGSNUMMER**

2019-FACH-08  
2019-FACH-22

**ANMELDUNG** online unter  
[www.DKThR.de/Weiterbildung/](http://www.DKThR.de/Weiterbildung/)  
Fachseminare bis vier Wochen vor  
Seminar-Beginn

**Das Gefühl Angst verstehen lernen und einen konstruktiven Umgang damit erarbeiten**

**Anerkannt mit 3 DKThR-Fortbildungspunkten**

**Anerkannt mit 5 LE Profil 3 für DOSB Trainerlizenzverlängerung**

## Inhalt

Angst ist ein Gefühl, das jeder Reiter kennt, nur sprechen viele Reiter nicht darüber oder allerhöchstens nur in einem sehr vertrauten Kreis. Wie der Reiter selbst oder der Reitausbilder/Fachkraft in der Heilpädagogischen Förderung mit dem Pferd mit dem Thema Angst sinnvoll umgehen kann, wird in diesem Seminar beleuchtet.

Aus Sicht des Gehirns hat Angst zunächst einmal die Funktion unser Überleben zu sichern. Daher sind Sätze wie: „Du brauchst doch keine Angst zu haben,“ oder „Reiß dich mal zusammen,“ überflüssig, denn sie nützen nichts. Das Gehirn ist auf Grund individueller Lebenserfahrung darauf programmiert den Schutzmechanismus Angst einzuschalten. Und nun?

In diesem Seminar machen wir einen Ausflug in unser Gehirn, lernen die Kraft der Gedanken kennen und erfahren wie unsere Gedanken unbewusste innere Bilder formen. Wie kommen unsere (negativen) Gedanken zum Pferd und verhindern ein harmonisches Miteinander sowie fließende Bewegungen? Wie kann ich lernen, dass eigene „Kopfkino“ in den Griff zu bekommen? Die von Marion Hoffmann und Karin Müller entwickelte Kinetic Mind Coaching Methode vereint Erkenntnisse aus der Gehirnforschung, der Kinesiologie, der Stressforschung, der systemischen Therapie und der gewaltfreien Kommunikation und ist speziell den Bedürfnissen von Reitern angepasst. Neben dem theoretischen Diskurs werden praktische Übungen für den eigenen Nutzen und für die Arbeit mit Klienten im Reiten, speziell Kindern durchgeführt.

## Intention des Seminars:

**Einführung und Erprobung** für aktive Reiter und Reitausbilder/ Fachkräfte in der Heilpädagogischen Förderung mit dem Pferd.