

# Zertifizierungsarbeit

## Raidho Equi Coach



„ALL EURE PFERDE SIND DIE SPIEGEL EURER SEELE“ (BUCK BRANNAMAN)

Romina Cosentino | Februar 2021 | [c.romina1991@hotmail.com](mailto:c.romina1991@hotmail.com)

## Über mich und wer ich bin.....

Mein Name ist Romina Cosentino, geb. 1991 und lebe in Teis in Südtirol. Pferde begleiten mich schon ein Leben lang seit meinem 4. Lebensjahr. Das erste eigene Pferd begab sich an meine Seite als ich 14 war und somit ging die Reise los. ☺ Jetzt sind es 3 grandiose Pferde und ein Pony welche uns treu zur Seite stehen.

Als Kind träumte ich immer davon Tierärztin zu werden und kam von diesem Weg ab.... machte eine Ausbildung als Verkäuferin, von der Verkäuferin zur Storeleiterin. An meiner Seite immer eines meiner Pferde welches mich in den verschiedenen Prozessen und Situationen begleitete....jedoch wusste ich dies damals noch nicht so ausführlich ☺ Im tiefsten Inneren blieb der Wunsch immer bestehen mit Pferden zu arbeiten und mein Hobby zum Beruf bzw. zur Berufung zu machen.

In all den Jahren durfte und darf ich tagtäglich neue Erfahrungen mit Pferden sammeln, vom Pferdesenioren, Jungpferd, denen im besten Alter ☺ bis zum Fohlen. Ich nahm und gebe selbst Bodenarbeitskurse und Reitunterricht auch im Turniersport und Wanderreiten mache ich meine Erfahrungen.

Im Laufe der Zeit strebte ich immer mehr danach mich weiterzubilden, Wissen zu sammeln auf allen Ebenen, für Pferd und Mensch und wusste dass ich all das Erlebte und Erkannte weitergeben möchte. 2019 machte ich einen weiteren Schritt in diese Richtung zum zertifizierten Mentaltrainer bzw. Mentalcoach und nun auch 2021 habe ich mich entschlossen die Ausbildung zum Raidho Equi Coach zu machen um nun auch die Passion und Begeisterung nicht nur Privat sondern auch Beruflich zu leben. Begeistert mit Pferd und Mensch. Nur der Gedanke daran lässt in mir jedes Mal enorme Begeisterung und Lebendigkeit entstehen und gab mir mit der Zeit immer mehr Mut und Kraft nun endlich aufzustehen und entschlossen meinen Weg zu gehen.



## Was ich vermittele....

Pferde sind wunderbare Lehrmeister und wir, in der Pferd/Mensch Beziehung, sind immer Lehrer und Schüler gleichzeitig. Pferde bringen Licht an unsere schattigen noch unerkannten Flecken auf eine sehr ehrliche und wert-bzw. urteilsfreie Weise. In dieser Pferd/Mensch Beziehung übernehmen wir als Mensch auch einen großen Teil der Verantwortung. Mit dem richtigen Umgang und durch die Basis, welche wir aufbauen dürfen, (und nur durch diese Basis) von Akzeptanz, Geduld und Ernsthaftigkeit dienen wir zur Entwicklung des Pferdes auf allen Ebenen bei, körperlich und seelisch und somit entsteht eine Verbindung auf Herzesebene, respektvoller Umgang und Ordnung, im zusammen Sein und Tun. Ein stabiles Fundament entsteht dadurch. Wir bringen unser Denken, Wollen, Fühlen und Handeln auf eine Linie und somit sind wir in der Lage authentisch zu agieren. Wir werden zunächst Leader ins uns und dadurch auch für unser Pferd und Mitmenschen, ein Referenzpunkt und Fels in der Brandung.

Wir als Mensch haben jeden Tag die Chance in unseren Spiegel zu sehen wenn wir uns trauen diese Erfahrung zu machen, den Mut haben und uns dazu entscheiden, denn alles beginnt mit einer Entscheidung. Entscheiden wir uns die Zügel des Lebens selbst in die Hand zunehmen und dessen Richtung bestimmen können haben wir meiner Meinung nach einer der wichtigsten Entscheidungen getroffen. Von nun an sind wir in der Lage Schritt für Schritt in die gewünschte Richtung zu gehen. Haben wir Dies erkannt dann fangen wir in diesem Moment bereits an unsere Mission zu leben. Durch Entscheidungen erlangen wir neue Energie durch die wir in die Kraft und Macht kommen in Bewegung, handlungsfähig und in Schwung zu bleiben...Bewegung durch Gefühl.

Im Beisammensein mit Pferden egal ob im Training, beim gemeinsamen Spaziergang oder im Stall beim Füttern und Misten sind wir als Mensch ständig von den Pferden oder auch inmitten einer Herde aufgefordert präsent, klar und unserer Emotionen und Gefühlen stets bewusst zu sein. Wenn nicht geht's auch schon direkt los mit der Nachhilfestunde und Pferde können hier sehr tief in die Trickkiste greifen ☺ immer stets anfangs spielerisch bis hin zu sehr herausfordernden und teils gefährlichen Situationen.

Pferde stellen uns grundsätzlich immer drei Fragen:

-Kannst du mich bewegen und deinen Raum wahren

-Kannst du mir die Richtung weisen?

-Kannst du mir die Gangart vorgeben und diese halten?

Fangen wir an diese Fragen des Pferdes genauer zu hinterfragen werden wir sehr bald feststellen und immer mehr beobachten können dass uns das Leben tagtäglich die gleichen Fragen stellt. Mein Pferd hat mir sehr ernst diese Fragen immer wieder gestellt und ich bin Ihm sehr dankbar dafür. Durch immer neue Hürden und Herausforderungen kam ich zu neuen Erkenntnissen und durfte neue Erfahrungen sammeln und machen, welche sich zu einem Schlüssel formten den ich gerne weitergeben möchte.

## Meine Erfahrungen und Erkenntnisse zusammengefasst....

Um all diese (nur bis jetzt) erlebten Erkenntnisse und Erfahrungen genauer zu beschreiben habe ich diese in Stichpunkten zusammengefasst welche ausschlaggebend für mich waren und welche ich gefühlt und erlebt vermitteln, lösen und weitergeben möchte....vielleicht entsteht daraus ja mal ein Buch ☺...:

- Raum erkennen, festlegen und wahren
- Bewegung durch Gefühl, Emotionen als Brennstoff
- Lösung und Aufrichtung
- Stabilität, Flexibilität, Zentrierung
- Motivation und Disziplin = Königsdisziplin ☺
- durch kleine Schritte Großes verändern „Qualität wächst langsam wie ein Baum“
- Pause, Pause, Pause
- durch Einfachheit zur Essence
- So wenig wie möglich, soviel wie nötig
- Integration der Themen Pferd und Mensch
- Achtsamkeit Aufmerksamkeit
- Kreativität, Fantasie und Bildersprache
- wenn Pferde ihre Menschen spiegeln
- Fokus
- Raus aus dem Kopf, rein ins Gefühl
- Wie lernen wir, wie lernen Pferde

## Wie sieht meine Arbeit als Equi Coach aus...

Meine Berufung und Begeisterung als Equi Coach liegt darin, die Brücke zwischen Pferd und Mensch herzustellen und diese Beziehung mit der entsprechenden Kommunikation zu stärken. Ich unterstütze Menschen eine stabile Basis in ihrer Beziehung zu sich selbst und ihrem Pferd herzustellen und ihre Herausforderungen mit ihrem Pferd zu entschlüsseln. Sehr spannend ist es für mich dabei Mensch und Pferd „neu geordnet“ zusammen zu bringen. Das heißt die beiden Themen einerseits des Menschen, andererseits des Pferdes gemeinsam zu reflektieren und zu erkennen welche blockieren und nach Aufmerksamkeit verlangen um danach im Beisammensein oder auch im Training zu integrieren. Durch meine eigene erlebte und intensiv gefühlte Erfahrung war ich im ersten Moment sprachlos welche Veränderung dadurch sofort stattfindet.

Zu meinen Stärken zählt die Empathie, Ordnung, Genauigkeit, Kreativität und zudem ganz viel Humor...(so nach dem Motto: „ wenn nichts mehr geht, Humor geht immer“) ☺

Ich zeige und lebe, auch Pferdemenschen mit viel Erfahrung, vor wie wichtig es ist energetisch in zentrierter und klarer Verfassung zu sein damit Techniken funktionieren können. Ein wichtiger Schritt hierbei ist aus dem Kopf und der Theorie in den Körper und ins Gefühl zu gehen. Warum kann ich das so klar definieren? Weil ich selbst in unklarem Zustand war und meine Emotionen unkontrolliert. Ich stehe hinter dieser Überzeugung und vertrete sie dadurch indem ich sie vorlebe. Durch das in Einklang bringen von Energie mit Technik sind wir in der Lage den Rahmen von dem bisher Geglaubten zu sprengen und es werden sich Türen öffnen und schließen .

Das Coaching kann online über Videoanalyse stattfinden oder Live direkt in der Übung mit dem Pferd.

