

Ich hatte ein längeres, angenehmes Gespräch mit einem Interessenten für eine unserer Pferdeboxen geführt. Ausführlich haben wir uns über die Wünsche und Kriterien unterhalten, ich habe einiges über die Familie Hans (Name ist fiktiv) und natürlich sein Pferd erfahren. Hans meinte zum Schluss des Gespräches, dass er sich sehr gut vorstellen könne, sein Pferd bei uns einzustellen und er würde mir 2-3 mögliche Termine bekanntgeben, an welchen er mit zwei Bekannten, die sich dann auch um das Pferd kümmern würden, vorbeikommen würde, um sich kennen zu lernen. Du kannst dir sicher vorstellen, wie die Geschichte weiterging.

## Verlässlichkeit

### Oder auch nicht

Autorin: Antoinette Haering, BE SHIRO AG

**Ich hatte ein längeres, angenehmes Gespräch mit einem Interessenten für eine unserer Pferdeboxen geführt. Ausführlich haben wir uns über die Wünsche und Kriterien unterhalten, ich habe einiges über die Familie Hans (Name ist fiktiv) und natürlich sein Pferd erfahren. Hans meinte zum Schluss des Gespräches, dass er sich sehr gut vorstellen könne, sein Pferd bei uns einzustellen und er würde mir 2-3 mögliche Termine bekanntgeben, an welchen er mit zwei Bekannten, die sich dann auch um das Pferd kümmern würden, vorbeikommen würde, um sich kennen zu lernen.**

**Du kannst dir sicher vorstellen, wie die Geschichte weiterging.**

Nachdem zwei Wochen vergangen waren, habe ich mal nachgefragt, schriftlich, da ich dummerweise die Telefonnummer von Hans nicht notiert hatte. Keine Antwort. Mittlerweile habe ich die Korrespondenz ins Archiv verschoben.

Das ist nur eines von sehr vielen Beispielen. Sogar bei Offertanfragen passiert es ab und zu, dass eine Offerte von einem Lieferanten versprochen wird, diese aber niemals eintrifft. Immer häufiger stelle ich fest, dass Menschen etwas versprechen und dies dann nicht einhalten.

### Wie gehst du mit dem Thema Verlässlichkeit um?

Für mich sind solche Situationen eine sehr gute Möglichkeit zu überprüfen, wo ich stehe. Werde ich wütend? Fühle ich mich hintergangen oder belogen? Melden sich alte Wunden? Wenn ja, erhalte ich dank dem Verhalten dieser Menschen einen Hinweis zu einem meiner Trigger-Punkten und kann an mir arbeiten.

Meist reagiere ich nicht mehr emotional auf solche Vorfälle. Nein, nicht weil ich abgebrüht oder desillusioniert bin, sondern weil ich solche Verhaltensweisen nicht mehr persönlich nehme, weil nichts mehr anklingt.

Ich überlege dann viel mehr, was wohl in solchen Menschen vorgeht. Wie sie sich fühlen oder wie

ihr Leben aussieht. Male mir Geschichten darüber aus und sende ihnen einfach gute Gedanken und Gefühle. Gepaart mit einem wichtigen Grundsatz in meinem Leben: „Es ist, wie es ist. Und aus irgendeinem Grund ist das auch gut so.“ Verurteilung braucht es nicht, Verzeihen auch nicht wirklich, da ich ja nicht verurteilt habe.

Ich gebe keine Energie in das Thema und lasse es los.

## **Die Energiebilanz dieser Menschen**

Du hast bestimmt auch schon mal eine Zusage gemacht und diese nicht eingehalten. Wie geht es dir dabei? Klar, das hängt von der Situation und den involvierten Personen ab. Dennoch, wie geht es dir damit? Die meisten von uns zeigen eines oder mehrere der folgenden Muster beim Thema Verlässlichkeit:

- Wir verdrängen und bemühen uns, uns selbst davon zu überzeugen, dass das ja nicht so schlimm oder wichtig sei.
- Wir finden Ausreden so im Sinne von: „Hans hat das sicher längst vergessen“.
- Wir versuchen, den Ball dem anderen zuzuschieben: „Pia hätte sich ja auch melden können, offenbar war es ihr auch nicht so wichtig, wie sie gesagt hat.“ „Klemens hält sich auch nicht immer an unsere Abmachungen“.
- Wir fühlen uns schuldig, verurteilen uns, machen uns klein. „Ich bin einfach nicht verlässlich“. „Jetzt habe ich das schon wieder verschlampt“. „Ich bin ein Angsthase, ein Weichei und kann einfach nicht Nein sagen“.

Mit all diesen Verhaltensweisen schaden wir uns selber enorm. Denn

- Wir stehen nicht zu uns, unserem Verhalten, unseren Ängsten oder vermeintlichen Schwächen.
- Das bedeutet, wir lehnen einen Teil oder Teile von uns ab und zerstören so unseren Selbstwert.
- Wir verdrängen Teile von uns oder bekämpfen sie im schlimmsten Fall aktiv.
- All das raubt uns sehr viel Lebensenergie.

Kämpfst du auch oft gegen dich selber?



***Nur wenn wir uns bewegen,  
bewegt sich etwas in  
unserem Leben und Umfeld!  
Deshalb kann ich nur raten:  
raus aus der Komfort-Zone  
und rein in ein erfülltes  
Leben – es macht unheimlich  
Spass und bringt tiefe  
Erfüllung.***

## **So unterstütze ich dich auf deinem Weg:**

1. [Ausbildung zum pferdegestützten Coach:](#) Leiste als Botschafter\*in für authentische (Lebens-)Führung einen Beitrag in der Führungs- und Persönlichkeitsentwicklung mit Pferden.
2. Im 6-monatigen [Leadership-Mentoring](#) online entwickelst du dich als Führungsperson oder Unternehmer\*in zu einem Leader mit starker Persönlichkeit, innerer Balance und Klarheit auf allen Ebenen.
3. Du hast Fragen oder benötigst Unterstützung auf deinem weiteren Weg? Dann [buche hier deine kostenlose Kurzberatung](#) mit mir.
4. Meistere dank dem [Online-Kurs Versöhnen](#) Lebenskrisen gelassen und katapultiere dich aus der Ohnmacht des Verurteilens und der Opferrolle.
5. Mein Buch [Höhenflug](#) soll für dich eines dieser wunderbaren Geschenke des Lebens sein, indem es dich auf die fantastische Reise zu dir selber begleitet.
6. Meine 7-teilige [Meditationsreihe Stürmische Zeiten](#) nährt die Verbindung zu dir selber, stärkt dich von innen heraus und hilft dir, die Anforderungen, mit denen das Leben an dich herantritt, zu meistern.

## **Buch „Höhenflug – Der Weg zu innerem Frieden und Lebensfreude“**

Das Buch kannst Du hier bestellen: [Höhenflug](#)

