



**Handout für Seminarteilnehmer  
“Deeskalierende Gesprächsführung  
Kommunikation im Turniersport”**

**Simone Teeuwen**

Wertschätzung  
 nachfragen  
 Spiegeln Ruhe  
 wertfrei  
 Empathie  
 Körpersprache  
 Sprechend  
 Sachlichkeit  
 Neutralität  
 Transparenz  
 ruhigessprechen  
 Zuhören  
 Respekt  
**Kommunikation**  
 Klarheit  
 Gestik  
 Gesprächsführen  
**Stimme**  
 Ich  
 Botschaften  
 aktives  
 Zuhören  
 Verständnis  
 Sprache  
 Fairness  
 Grenzen  
 Mimik  
 Sicherheit  
 Vertrauen  
 Entschärfung  
 Verbindlichkeit  
 Lösungsorientierung  
 erklären

# Grundsätze

- Richter sind Sachverständige und sind an die Ausschreibung und Regelwerke gebunden
- Bewertung erfolgt nach bestem Wissen und Gewissen
- Richter sind für die regelgerechte Durchführung eines Wettbewerbs verantwortlich
- Vom Veranstalter beauftragt.

# Turnierleitung

- Der Turnierleiter ist befugt, gegen **jede Person** einzuschreiten oder sie des **Veranstaltungsortes zu verweisen**, die gegen die allgemeinen Anordnungen oder die Bestimmungen der ÖTO verstößt oder auf andere Weise den **geregelten Ablauf der Veranstaltung stört**. (§ 30 Österreichische Turnierordnung)

# Ziele des Richtereinsatzes

- Sicherstellung von Fairness und Chancengleichheit
- Objektive Bewertung der Leistungen
- Einhaltung der Regeln und Richtlinien
- Gewährleistung von Sicherheit
- Gewährleistung von Tierschutz und Tierwohl
- Transparenz
- Qualitätssicherung des Turniersports, Außendarstellung
- Konfliktvermeidung und –lösung
- Vorbildfunktion und Erziehungsauftrag
- Wahrung sportlicher Disziplin und Ordnung
- Pferdegerechtes Reiten und sportliches Verhalten
- Einhaltung Ethische Grundsätze

**Ruhig, souverän und regelkonform handeln – auch in emotionalen Situationen**

# Vorbereitung Turnier

- Richterausbildung
- Erfahrung
- Regelsicherheit / Wissen wo es steht
- Kenntnisse der Ausschreibung
- Örtlichkeit kennen
- Wahrnehmung der Aufgaben pünktlich
- Sicherheitsaspekte/ Notfallversorgung kontrollieren
- Vorbereitungsplatz: Starterliste (Überprüfung der Identität, z. B. Farbe u. Abzeichen, Ansprache der Teilnehmer)

**Gute Vorbereitung schafft Sicherheit**

# 3 wichtige Dinge



Kommunikation



Fachwissen + Übung



Arten der  
Kommunikation

Verbal (was sage ich)

Non-verbal (wie wirke ich)

Paraverbal (wie sage ich es)

# Wie wirke ich?

Nonverbale Kommunikation  
(Körpersprache)

Körperhaltung  
(Habitus)

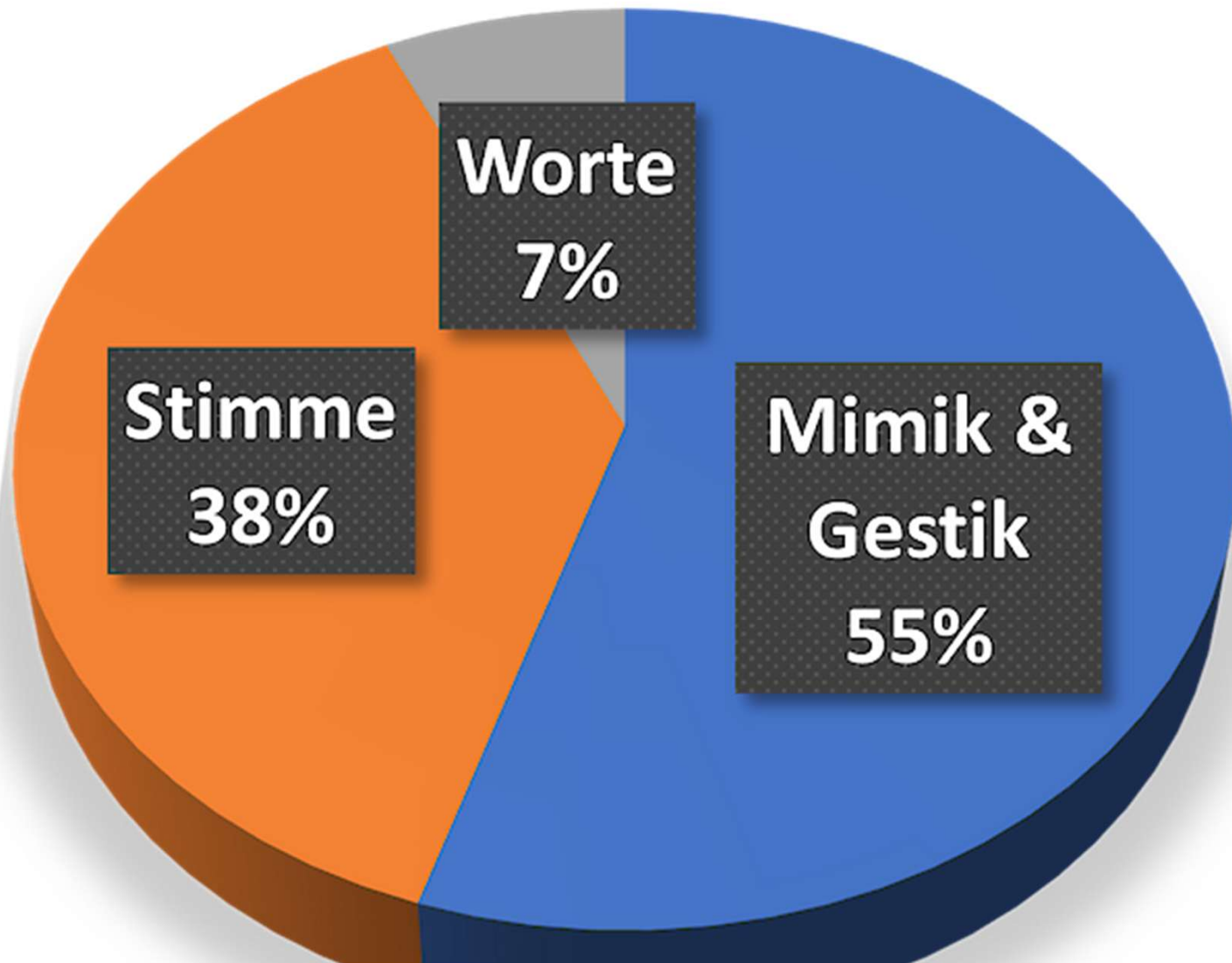
Gesichtsausdruck  
(Mimik)

Bewegungen  
(Gestik)

Insgesamt beherrschen wir mehr als 5000 Gesten, mehr als 250.000 Gesichtsausdrücke und mehr als 1000 Körperhaltungen. (Quelle: CBC)

# Wirkmittel der Persönlichkeit

- Bei Verstößen auch außerhalb der Reiterei, entsteht Eskalation im Regelfall dadurch, dass das **Wirkmittel der Persönlichkeit** anstößig wirkt für das Gegenüber (z. B. offene Jacke, Rauchen, Körpergeruch, Hände in der Tasche)
- Erkennbar als Richter/Steward
- Auftreten und Kleidung
- Verhalten
- Standort
- Körpersprache



Quelle: Brunnen e. V.

# Körpersprache in Konfliktgesprächen

- **Ruhe ausstrahlen**
  - Langsam und kontrolliert bewegen
  - Nicht hektisch gestikulieren
  - Ruhige Atmung sichtbar machen (Brustkorb ruhig, Schultern entspannen)
- **Offene Körperhaltung**
  - Keine verschränkten Arme
  - Nicht wegdrehen
  - Körperliche Distanz wahren, aber nicht abweisend wirken
- **Blickkontakt**
  - Angemessen: nicht starren, aber auch nicht ausweichen
  - Blickkontakt kurz halten, dann wieder lösen, um Druck zu vermeiden

# Körpersprache in Konfliktgesprächen

- **Stimme und Sprechtempo**
  - Langsam und klar sprechen
  - Tieferes, ruhiges sprechen wirkt beruhigend
  - Pausen nutzen, statt schnell zu antworten
- **Gesichtsausdruck**
  - Neutral bis freundlich, nicht genervt oder herablassend
  - Mimik kontrollieren, um keine Eskalation zu provozieren
- **Abstand und Raum**
  - Persönlichen Raum respektieren (mind. 1-1,5 m)
  - Nicht „über den Tisch“ beugen oder den anderen bedrängen
  - Bei aufgebracht Personen leicht seitlich stehen, um Bedrohung zu vermeiden

# Körpersprache in Konfliktgesprächen

- **Gestik**

- Offene Handflächen zeigen (Signal: „ich bin offen“)
- Keine erhobenen Finger oder „wütende Gesten“
- Ruhige, wenige Gesten statt wilden Gestikulierens

- **Körperposition**

- Leicht nach vorne geneigt (Interesse zeigen), aber nicht „angreifend“
- Parallel zum Gesprächspartner stehen statt frontal „Konfrontation“

- **Selbstkontrolle bei Provokation**

- Keine aggressive Haltung (z. B. Fäuste zeigen, Schultern hochziehen)
- Nicht mit dem Kopf nicken, wenn man nicht zustimmt (kann als Zustimmung interpretiert werden)

# Körpersprache in Konfliktgesprächen

- **Signale zur Beendigung**
  - Hand leicht heben (Stopp-Signal, aber freundlich)
  - Schritt zurück machen, um Distanz zu schaffen
  - Ruhig den Blick senken und Gespräche beenden
- **Merke:**
  - **Ruhig, offen, respektvoll – und nie bedrohlich.**

# Vorbereitung auf Konflikte

- **Innere Haltung klären (vor dem Turnier)**
  - Akzeptanz von Konflikten: Konflikte sind Teil der Aufgabe, kein persönlicher Angriff
- **Rollenbewusstsein**
  - Ich bin für eine faire Bewertung verantwortlich, nicht dafür, allen zu gefallen
- **Trennung von Person und Sache**
  - Kritik richtet sich gegen Entscheidungen, nicht gegen die eigene Person

# Mentale Vorbereitung vor dem Einsatz

- **Typische Konfliktsituationen gedanklich durchspielen**
  - Z. B. unzufriedene Teilnehmer, aufgebrachte Trainer, laute Zuschauer
  - Gedanklich bereits ruhige Antworten formulieren
- **Eigene Trigger kennen**
  - Z. B. Lautstärke, Respektlosigkeit, Vorwürfe
  - Sich bewusst machen: das lasse ich nicht an mich heran
- **Klare innere Leitsätze festlegen:**
  - Ich bleibe ruhig und sachlich
  - Ich spreche langsam und deutlich
  - Ich entscheide regelkonform, nicht emotional

# Mentale Techniken während des Konflikts - Soforthilfe

- **Atemkontrolle**
  - 1-2 bewusste, tiefe Atemzüge vor der Antwort
- **Gedanklicher Stopp-Satz**
  - „Ruhig bleiben“ oder „sachlich bleiben“
- **Tempo reduzieren**
  - Langsamer sprechen = Signal von Kontrolle und Sicherheit
  - Stimme senken = Situation beruhigen
- **Ich-Botschaften nutzen**
  - „Ich erkläre Ihnen gern....“ statt „Sie regen sich unnötig auf“

# Emotionale Abgrenzung

- **Nicht in Rechtfertigungen verfallen**
  - Erklären, nicht verteidigen
- **Keine Machtkämpfe eingehen**
  - Nicht laut werden, nicht provozieren lassen
- **Grenzen innerlich akzeptieren**
  - Nicht jeder Konflikt lässt sich auflösen – aber kontrollieren

# Wichtig in allen Situationen

Tierschutz hat immer Vorrang



Respekt gegenüber allen Beteiligten



Entscheidungen ruhig vertreten, nicht verteidigen



# Nachbereitung nach dem Konflikt

- **Kurz reflektieren**
  - Was lief gut?
  - Wo hätte ich ruhiger reagieren können?
  - Was könnte ich beim nächsten Mal anders machen?
- **Nicht „mitnehmen“**
  - Konflikt innerlich abschließen, „Gespräch ist beendet“
- **Austausch mit Kollegen**
  - Entlastung, neue Perspektiven

# Langfristige Mentale Stärke

- Selbstreflexion
- Routine durch Erfahrung
- Austausch mit Kollegen
- Selbstvertrauen in Regelkenntnis
  - Sicherheit reduziert Konfliktstress

## **Merksatz:**

**„Ich bin ruhig, klar und regelorientiert – nicht emotional involviert.“**

# Personen/-gruppen

1. Reiter

2. Pfleger  
/Helfer  
/Pferdebesitzer

3. Zuschauer,  
Kritiker,  
Aktivisten

4.  
Amtstierärzte

5. Veranstalter

# Konfliktgründe

- Rüdes Reiten
- übermäßiger Gerten oder Sporeneinsatz
- Überforderung des Pferdes
- Lahmheit des Pferdes
- Enges Einstellen, Reiten entgegen die Reitlehre
- Fehlerhafte Verschnallung von Reithalter oder Sattel
- Anlegen von Gamaschen oder Bandagen
- Falsche Ausrüstung
- Bewertung
- Charakter und Stresssituation der Teilnehmer

# Konfliktgründe

- Verhalten auf dem Vorbereitungsplatz
- Verbotene Aufbauarten eines Sprungs
- Blut am Pferd
- Unsportliches Verhalten
- Unwissenheit
- Fotos oder Videos machen
- Einmischen in den Ablauf
- Verhinderung des Sports
- Tierschutz
- Unwissenheit von Abläufen/Regeln
- Anderes Verständnis bzw. Sichtweisen

# Reiter

- Vorstufe zur direkten Ansprache (1. Stufe der Kommunikation):
  - erkennbarer Fokus durch entsprechende **Körpersprache** zum Ausdruck bringen.
  - **näheres Herantreten** an den Vorbereitungsplatz
  - angemessener und positiver **Standortwechsel**,
  - das direkte Verfolgen des entsprechenden Reiters mit **Blicken**
- Zurechtlegen einer **Gesprächsstrategie**
- Bei fehlerhaftem Verhalten ist ein direktes bestimmtes aber höfliches Eingreifen ohne lange Wartezeit von Nöten, welches aber gedanklich vorbereitet werden sollte.
- Aufzeichnung möglicher Konsequenzen

# Reiter

- z. B. die Reitweise entspricht nicht den Richtlinien und es bei Fortsetzung zu Sanktionen führen wird.
- Rüdes Reiten, übermäßiger Sporen- oder Gerteneinsatz oder deutlich enges Einstellen des Pferdes ist deutlich und unverzüglich anzusprechen.
  - Hierbei sollte die **Intensität der Ansprache** dem Gesehenen entsprechen und dazu in der **Relation** stehen.

# Reiter

- **persönliche Ansprache** von Richter zum Reiter quasi „**Auge in Auge**“ ohne die **Einbeziehung anderer Beteiligter**
- Ggfs. kann es aber auch angebracht sein, den Reiter mit **Kenntnis anderer Beteiligter** auf dem Vorbereitungsplatz anzusprechen, z. B. bei Nichtbeachtung der ersten Ansprache/ mehrfacher Ansprache
- **Lahmheit:** den Reiter nach seinem **Eindruck und Gefühl** auf dem Pferd fragen und so den Versuch starten, das Gesehene und das Gefühlte in Einklagung zu bringen
  - das Wort „*Lahmheit*“ kann genutzt werden, allerdings sollte man hier schon den Grad der Lahmheit mit ins Gespräch einbeziehen
  - geringer Lahmheit, mittelschwerer Lahmheit und starker Lahmheit.

# Einbeziehen des Turnier-Tierarztes bei Lahmheitskontrolle

- vorher gemeinsames Vorgehen absprechen
- wer beginnt mit der Ansprache, an welcher Stelle des Gespräches kann der Tierarzt den Richter ergänzen oder umkehrt
- durchaus kann auch ein Bedauern ausgesprochen werden und so erkennbar machen, dass es nicht leicht fällt, einschreiten zu müssen
- aber gleichzeitig auch deutlich machen, dass wir uns immer für das Tierwohl entscheiden müssen
- dabei dem Reiter die Möglichkeit geben das Zurückziehen selbst einzuleiten

# Reiter

- Bei Überforderung des Pferdes z. B. durch zu langes oder intensives Abreiten, Nacharbeit nach der Prüfung ist selbstverständlich darauf zu achten, dass unsere gemachten Bedenken und die daraus resultierende Ansprache an den Reiter, auch den **Tatsachen** entsprechen. Eventuell **Notizen** machen.
- Sollten wir den Eindruck haben, dass der Reiter sein Pferd zu Fehlern z. B. beim Abspringen provoziert, kann dies nur in einem direkten Gespräch angesprochen werden. Hierbei sollte man äußerst umsichtig vorgehen.

# Reiter

- Das Durchwinken einer Ausrüstung, die nicht erlaubt ist, begünstigt zwar diesen einen Reiter, **benachteiligt** aber gleichzeitig alle anderen Reiter, die sich an die Regeln halten.
- Gleichzeitig ist darauf zu achten, dass ein entsprechendes Eingreifen **möglichst frühzeitig vor dem Start** erfolgt, um eine entsprechende pferdegerechte Vorbereitung weiter zu ermöglichen.
- Auf keinen Fall sollte aber ein Reiter mit Wissen und Kenntnis von „falscher Ausrüstung“ durch den Richter auf dem Abreiteplatz in die Prüfung gelassen werden.
- Hier ist es nach **Absprache mit den Richtern der Prüfung** möglich, den Start nach hinten zu verschieben, um dem Reiter ein Tausch der Ausrüstung zu ermöglichen.

# Pfleger, Helfer, Pferdebesitzer

- Bei Fehlverhalten dieser Beteiligten ist vor allem darauf hinzuweisen, dass der **beteiligte Reiter in die Verantwortung** genommen werden kann und dass im äußersten Fall die entsprechende Person durch das **Hausrecht des Veranstalters** von der Sportanlage verwiesen werden kann.

# Kommunikation mit Zuschauern, Kritikern, Aktivisten

Hier gibt es sicherlich unterschiedliche Meinungen wie dem zu begegnen ist.

Erst einmal ist festzustellen, dass wir uns auf einer **öffentlichen Veranstaltung** befinden, zu der jeder Interessierte, Zuschauer und Kritiker Zutritt hat.

# Zuschauer – Kritiker - Aktivisten

- Auch können Fotos und Videos zum eigenen Gebrauch angefertigt werden, lediglich die Weitergabe oder Veröffentlichung ist untersagt.
- Das **Hausrecht** kann und sollte nur dann zur Anwendung kommen, wenn der Ablauf der Veranstaltung, die Vorbereitung eines Reiters oder der Reiter gestört ist.
- Das **Filmen, Fotografieren, oder auch das Kritisieren** unseres Sportes in einer angemessenen Lautstärke und Art beinhaltet alleine **keine solche Störung**.
- Bei einer ausgesprochenen Kritik an einem Teilnehmer oder am Pferdesport im Allgemeinen sollten wir uns dem Kritiker gegenüber als Richter Abreiteplatz und Sachverständiger für den Pferdesport zu erkennen geben.

# Zuschauer – Kritiker - Aktivisten

- Eine höfliche und deeskalierende Art der ersten Ansprache ist hier unbedingt zu beachten. Selbst bei einer emotionalen, wenig höflichen Ansprache des Gegenübers ist es wichtig, die Ruhe und vor allem die sachlich-fachliche Ebene beizubehalten.
- **Lenken** Sie dabei den **Fokus weg** ‚*vom eigentlichen Geschehen*‘ und versuchen Sie, ein eher **allgemein gehaltenes Gespräch** über das Reiten, den Umgang mit dem Pferd zu führen. Versuchen Sie so oft wie möglich den Kritiker fachlich zu fordern, ihn zu fragen was er denn jetzt im einzelnen besprechen möchte und gehen sie darauf ein.
- Eine grundsätzliche Diskussion über die Berechtigung ein Pferd zu reiten sollte nicht geführt werden.

# Amtstierärzte

- Vermehrt besuchen die **Amtstierärzte** unsere Turniere. Diese haben jegliche Möglichkeiten z.B. Pferdekontrollen, Passkontrollen durchzuführen.
- Hierbei wird vermehrt darauf geachtet, ob wir als **Richter** unserer **Aufsichtspflicht** nachkommen.
- Gleichzeitig gibt es **Kontrollen** der Reithalter, der Pferdemäuler und möglicher Verletzungen hier und insgesamt am Pferd.
- Wir sollten versuchen, daraus eine **gemeinsame Kontrolle** zu machen und mit den entsprechenden Amtstierärzten in den Austausch zu gehen.

# Amtstierärzte

Leider hat es schon Fälle gegeben, bei denen sich die Amtstierärzte nicht an die niedergeschriebene Reitlehre gehalten haben. Gerade was die Verschnallung der entsprechenden Reithalter angeht, hat es von Seiten der Amtstierärzte Forderungen gegeben, die nicht mit der Reitlehre zu vereinbaren sind. Diese Forderungen sind auch nicht in den gemeinsamen Richtlinien zum Umgang mit dem Pferd hinterlegt. Ein entsprechender höflicher Hinweis unsererseits an den Amtstierarzt ist hier durchaus angesagt.

Wir unterliegen auf einem Turnier den Regeln des jeweiligen Verbandes.

# Beispielsätze

- „Ich sehe, dass Sie verärgert sind.“
- „Ich verstehe, dass Sie enttäuscht sind.“
- „Ich bewerte alle Teilnehmer nach denselben Kriterien.“
- „Ausschlaggebend für die Note waren folgende Punkte...“
- „Lassen Sie uns kurz ruhig darüber sprechen.“
- „Gerne erkläre ich Ihnen das in Ruhe.“
- „Der Tierschutz hat für uns höchste Priorität.“
- „Meine Aufgabe ist eine objektive Beurteilung der gezeigten Leistungen.“
- „Danke für den Hinweis, wir werden der Sache nachgehen.“

# Beispielsätze

## **Grenzen setzen**

- „Bitte bleiben Sie sachlich.“
- „Während der laufenden Prüfung ist keine Diskussion möglich.“
- „Bitte wenden Sie sich an die Turnierleitung.“
- „Ich bitte Sie, in einem angemessenen Ton mit mir zu sprechen.“

## **Eskalation beenden**

- „Ich habe meine Entscheidung erklärt.“
- „Das Gespräch ist hier beendet.“

# Beispielsätze

- Mein Name ist... ich bin verantwortlich für...
- Haben Sie selbst auch gemerkt, dass Ihr Pferd im Takt nicht ganz geregelt ist?
- Entschuldigung, können Sie bitte mal kurz anhalten und zu mir kommen?
- Ich habe gesehen, dass Sie eine Dressurgerte auf dem VB-Platz Springen verwendet haben.
- Ich bin von Zuschauern darauf aufmerksam gemacht worden, dass...

# Statt....Besser.... Kommunikation

## Statt...

- „Das stimmt nicht!“
- „Beruhigen Sie sich!“
- „So sind die Regeln!“
- „Hören Sie auf zu diskutieren!“

## Besser...

- „Ich erkläre Ihnen gern meine Bewertung.“
- „Ich sehe, dass Sie verärgert sind.“
- „Die Regeln sehen hier Folgendes vor...“
- „Wir können das nach der Prüfung sachlich besprechen.“

# Checkliste

- ✓ Ruhig stehen oder sitzen bleiben
- ✓ Evtl. den Ort wechseln
- ✓ Tief durchatmen, bevor ich antworte
- ✓ Langsam und klar sprechen
- ✓ Ich-Botschaften verwenden
- ✓ Emotionen des Gegenübers wahrnehmen, ohne sie zu übernehmen
- ✓ Sachlich bleiben, nicht rechtfertigen
- ✓ Grenzen höflich, aber klar setzen
- ✓ Bei Bedarf an Turnierleitung verweisen

# Wenn einem nichts mehr einfällt...

- Ruhig bleiben
- Ruhig sprechen
- Pausen machen / ertragen
- Auf die Regeln verweisen
- Aufgabe des Richters erklären
- Wenn möglich, Kollegen oder andere Person hinzuziehen
- Zeit verschaffen: „Ich kläre das und komme auf Sie zu“
- **Persönliche Hilfe ausdenken, um ruhig zu bleiben**
  - Hand in der Tasche oder hinterm Rücken zur Faust ballen
  - Still bis 3 zählen oder 21, 22, 23 zählen