





Ute Wilhelms

Wie Pferde verletzte  
Seelen heilen



Eine Reittherapeutin erzählt

**spiritbooks**

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

© 2013 spiritbooks, 73230 Kirchheim/Teck

Verlag: spiritbooks, [www.spiritbooks.de](http://www.spiritbooks.de)

Autor: Ute Wilhelms

Herausgeber: Ulrike Dietmann

Lektorat: Andrea Zieglowski

Umschlaggestaltung: Antje Stephan, [www.epona-spirit.de](http://www.epona-spirit.de)

Foto, Cover und Autorenportrait: Frank Glienke

Druck und Verlagsdienstleister: [www.tredition.de](http://www.tredition.de)

Printed in Germany

**ISBN: 978-3-9815421-6-5**

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>7</b>
<b>Wie alles begann</b>	<b>11</b>
Wer bin ich?	11
Mein Weg zur Reittherapeutin	14
Was ist ein Trauma?	18
Warum Pferde als Co-Therapeuten?	19
<b>Möglichkeiten der Arbeit mit dem Pferd</b>	<b>21</b>
Die Chance des Patienten, mit Pferd und Therapeuten eine Bindung einzugehen	22
Wie Pferde Gefühle spiegeln	24
Die Geschichte vom klugen Hans	25
<b>Meine Pferde und meine Verbindung zu ihnen</b>	<b>27</b>
Kenja	28
Samurai	28
Kimberly	29
Xsarah	31
Das Drama mit Kimberly	37
Und dann kam Eddie	43
Kimberly, ein Profi auf ganzer Linie	45
Abschied von Eddie	48
Eddie und Annika	50
Tabernero, die Grenze zwischen Genie und Wahnsinn	54
<b>Hilfe aus dem Universum</b>	<b>57</b>
<b>Mein erstes telepathisches Erlebnis mit einem Pferd</b>	<b>61</b>
<b>Bedeutungsräume bei Menschen und Pferden</b>	<b>65</b>
Mit Hilfe des Pferdes den persönlichen Raum entdecken	67

Auf der Suche nach dem inneren Kern	72
<b>Wie Pferde Blockaden lösen</b>	<b>76</b>
<b>Wie Pferde verschiedene Situationen nachspielen</b>	<b>91</b>
Claudia	91
Chantal	94
Anke	98
Jennifer	101
Klara	103
<b>Weitere Fallbeispiele aus dem Therapiealltag</b>	<b>114</b>
Nina und Sieta Diana	114
Der Feind in ihrem Bett	119
Marlies und die Leitstute	129
<b>Und plötzlich war alles bedeutungslos</b>	<b>140</b>
Kentaur	147
<b>Multiple Persönlichkeiten</b>	<b>150</b>
Miriam	151
Miriam und ihr Leben nach der Klinik	167
Michi und die vielen Kinder	171
<b>Würdigen, was ist</b>	<b>174</b>
<b>Ein Wort zum Schluss</b>	<b>176</b>
<b>Danksagung</b>	<b>178</b>
<b>Autorenprofil</b>	<b>180</b>
<b>Literaturliste</b>	<b>181</b>

## **Vorwort**

von Ulrike Dietmann

Ich fühle mich Ute verbunden, weil sie auf ihre ganz eigene Weise das Herz und die Weisheit der Pferde entdeckt hat. Sie ist dem Ruf der Pferde und ihrer eigenen Stimme gefolgt, ohne zu wissen, wohin sie das führen wird, Schritt für Schritt. Dieser Mut, ins Unbekannte aufzubrechen, ist der Mut, zu dem die Pferde uns einladen. Wir müssen alles, was wir wissen und worauf wir uns aus Gewohnheit stützen, loslassen – und vertrauen. Dann geschehen Wunder, dann geschieht Heilung. Etwas gerät in Bewegung, das jenseits aller Worte stattfindet. Die Menschen, die sich Ute und ihren Pferden anvertrauen, spüren es. Etwas heilt, etwas wächst, etwas wird befreit, was die Menschen lange gefangen gehalten und gelähmt hat.

Diese feinen und zugleich kraftvollen Prozesse beschreibt Ute Wilhelms mit präzisen, einfühlsamen Worten und großem Sachwissen. Sie lädt den Leser ein, die Erfahrungen selbst emotional mitzuerleben und zu verstehen. Worüber sie schreibt, hat sie selbst erlebt, erlitten, erarbeitet. Das macht ihr Buch authentisch und glaubwürdig.

Die Worte, die Ute für die Erfahrungen von zum Teil schwer traumatisierten Menschen findet, sind persönlich, und sie berühren. Wie jeder gute Therapeut zieht sich Ute nicht auf die Haltung des Besserwissers oder Überlegenen zurück. Sie öffnet sich für die Erfahrung, sie öffnet sich für die Beziehung, ganz besonders gegenüber Menschen, die unter großer Not leiden.

Die Heilung und das Wachstum geschehen im Augenblick, das lehren uns die Pferde, jenseits von Konzepten oder therapeutischer Technik – in der Verbindung, im authentischen Sein und in der Akzeptanz dessen, was ist. Dafür hat Ute ein tiefes Verständnis, auf dieser Basis geht sie ihren unverwechselbaren Weg.

Ute Wilhelms ist eine Pionierin in der therapeutischen Arbeit mit Pferden und Menschen. Sie vertraut auf ihre Intuition und innere Weisheit. Sie vertraut den Pferden als Lehrern.

Ich mag dieses Buch, ich mag diese Autorin, weil sie dem Schmerz, der Krise, der Verzweiflung nicht ausweicht, sondern mutig die dunklen

Seiten der menschlichen Psyche annimmt. Der Geist des Buches erinnert an den wilden Geist der Freiheit, den die Pferde in unseren Herzen entzünden. Utes Buch, ihre Arbeit und ihr Lebensweg sind eine Inspiration und eine Einladung an viele, unerschrocken dem Weg zu folgen, auf den Pferde uns locken.

Wir lassen uns gern locken, wir folgen ihnen gern, den Pferden, aus Liebe, aus Sehnsucht, aus tiefer Dankbarkeit, dass es diese wunderbaren Geschöpfe gibt. Ich wünsche Ute Wilhelms viel Erfolg.

Ulrike Dietmann, Autorin von „Auf den Flügeln der Pferde – Eine Heldinnenreise ins Herz der Kreatur“ Kirchheim/Teck, 28.06.2012

## **Für Ute Wilhelms von Amir Shobeiry**

Facharzt für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie

Mein Name ist Amir Shobeiry, ich bin niedergelassener Nervenarzt, Psychiater und Psychotherapeut. Ich arbeite seit sieben Jahren eng mit Frau Wilhelms und ihren Kolleginnen zusammen. Im Rahmen eines Pilotprojektes und später regulärer Integrierter Versorgung haben wir gemeinsam viele schwerkranke Patienten behandelt.

Meine Erfahrung mit Pferden ist sehr eingeschränkt. Ich verließ mein Heimatland 1983 auf dem Rücken eines Pferdes, das mich auf schmalen Pfaden über Abgründe getragen hat. Inzwischen bin ich jedoch ein großer Pferdebewunderer, eben durch Frau Wilhelms und ihre Arbeit.

Ziel der Integrierten Versorgung ist es, durch eine intensiviertere ambulante Therapie eine stationäre Behandlung zu vermeiden. Somit unterstützen Frau Wilhelms und ihre Kolleginnen Patienten, die so schwer krank waren, dass normalerweise eine Klinikeinweisung notwendig geworden wäre. Ich betrachte die psychiatrischen Krankenschwestern, die ambulante psychiatrische Pflege betreiben, als Feuerwehrfrauen, die sich mutig in ein brennendes Haus begeben.

Frau Wilhelms zeichnet sich immer als eine besonders tapfere, einfühlsame, kompetente und fähige Person aus, die schwierige Situatio-



nen nie gescheut hat. Dabei ist sie immer behutsam und bedacht vorgegangen.

Frau Wilhelms Erfolge, Menschen zu helfen, basieren einerseits auf ihrer Erfahrung und Kompetenz als psychiatrische Fachkrankenschwester und Pflegedienstleitung, andererseits benutzt sie ihren geheimen Zauberstab, die intuitiven Fähigkeiten und Wahrnehmungen ihrer Therapiepferde bei der Reittherapie zur Unterstützung von psychiatrischen und neurologischen Erkrankungen. Frau Wilhelms überrascht mich immer wieder mit der Faszination des psychiatrisch-psychotherapeutischen Einsatzes von Therapiepferden.

Meine erste Rückmeldung erhielt ich von meinen Patienten, die gerade die erste Stunde der Reittherapie absolviert hatten. Sie berichteten aufgeregt und mit leuchtenden Augen von ihren Erfahrungen bei der ersten Therapieeinheit.

Eine Patientin erzählte mir gerührt, dass sie, als sie dabei war, das Pferd in der Herzgegend zu striegeln, etwas gespürt hatte, was jahrelang verborgen war. Sie ist nach Hause gefahren und sagte zu ihrem Mann: „Umarme mich“ - zum ersten Mal nach 10 Jahren.

Ich bin während der letzten sieben Jahre immer wieder Zeuge von unglaublichen Erfolgen von Frau Wilhelms und ihrer Reittherapie gewesen. Ich vermute, dass viele unserer heutigen Psychotherapietechniken auf den Verstand zielen und weniger aufs Gefühl. Während der Therapieeinheiten sollte versucht werden, die Gefühle zu erreichen, so geschieht es im Moment hauptsächlich über die Sprache. Das bedeutet, dass schon vorher der Prozess der Übersetzung von Gefühlen über den Verstand erfolgt ist. Anschließend wird das gesprochene Wort übertragen, verstanden und wieder in Gefühle übersetzt.

Das Einzigartige bei der Reittherapie ist, dass Gefühle ohne Sprache durch die Therapiepferde wahrgenommen und wiedergespiegelt werden.

Die Reittherapie ist nicht nur für depressive und angstkranke Menschen eine große Hilfe gewesen. Auch unsere sensiblen und schwer therapierbaren traumatisierten Patienten konnten durch die Hilfe der Pferde wieder Vertrauen fassen und ihre verwirrenden inneren Gefühle besser verstehen und beherrschen lernen. Wichtig ist dabei zu erwäh-

nen, dass einige traumatisierte Personen gar keinen Zugang mehr zu ihren eigenen Gefühlen und Erinnerungen hatten. Erst durch die Hilfe der Pferde war es möglich, die entsprechenden Signale wahrzunehmen und den Betroffenen zu helfen, ihre verborgenen Gefühle wiederzuentdecken. So konnten andere Therapiewege eröffnet werden.

Einen einmaligen Effekt hat die Reittherapie bei Patienten mit unbewussten Aggressionen und Gereiztheit. Menschen, die sich immer wieder fragen, warum die anderen gemein sind, sehen ihre eigenen Anteile dabei überhaupt nicht. In diesen Fällen ist die Wahrscheinlichkeit, dass die Betroffenen die Rückmeldung der Therapeuten akzeptieren, dass Aggressionen ursprünglich durch sie selbst entstehen, gering. Eher wird der Therapeut auch als aggressiv und ungerecht eingestuft, wie alle anderen. Ich habe in mehreren Fällen erlebt, wie Frau Wilhelms und ihr Team diesen Patienten durch Hilfe der sensiblen Pferde vor Augen geführt hat, von wem die unbewusste Aggression ausgeht. Ohne diese wertvollen Erkenntnisse wäre eine Therapie dieser Menschen schwierig bis unmöglich gewesen.

Ich hoffe, dass die Reittherapie irgendwann wie eine medikamentöse Therapie zum Standardinstrument unserer psychiatrischen nervenärztlichen Angebote gehört. In vielen Fällen ist sie wirksamer und auf jeden Fall nebenwirkungsärmer.

Das Buch von Frau Wilhelms zeigt anschaulich, wie die pferdegestützte Therapie in der Praxis funktioniert und schafft somit einige Vorurteile aus der Welt. Diese Form der Therapie befindet sich noch im Entwicklungsstadium. Aber mich als Facharzt hat Frau Wilhelms Arbeit überzeugt und ihre Erfolge geben ihr Recht.

Ich wünsche Frau Wilhelms, ihrem Team aus Kolleginnen und Pferden und natürlich ihren Patienten alles Gute. Auf weitere gute Zusammenarbeit!

Amir Shobeiry,  
Facharzt für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie  
Peine, 19.10.2012



## Wie alles begann

### Wer bin ich?

Bevor ich meine heutige berufliche und private Erfüllung, als Reittherapeutin zu arbeiten und somit mein Hobby zum Beruf zu machen, verwirklichen konnte, begann mein Reiterleben wie das von vielen jungen Mädchen.

Zunächst darf ich mich Ihnen jedoch vorstellen: Mein Name ist Ute Wilhelms. Ich bin siebenundvierzig Jahre alt. Seit zehn Jahren arbeite ich als Reittherapeutin und leite einen ambulanten psychiatrischen Pflegedienst. Aufgewachsen bin ich in Rheinland-Pfalz, zog aber mit sechzehn Jahren nach Niedersachsen. Ich bin Mutter zweier wundervoller Kinder und bin nach einer Scheidung wieder glücklich verheiratet.

Ich habe einen eigenen psychiatrischen Pflegedienst gegründet und bin seit kurzem eine von zwei Geschäftsführerinnen.

Unser neuer Pflegedienst nennt sich Kentaurus - er versinnbildlicht die Verbindung zwischen Mensch und Pferd.

Doch nun zurück zu meinem Werdegang. Schon als Kind war ich von Pferden, diesen wunderbaren Geschöpfen, fasziniert und ergriffen, dabei war es nicht unbedingt der Wunsch, auf ihnen zu reiten und mich auf ihrem starken Rücken tragen zu lassen. Ihre Anmut und ihr stolzes, dennoch sanftes Äußeres ließen mich vor Ehrfurcht fast erstarren. Ich wollte diese Tiere nur anschauen, vielleicht sogar ihre samtigen Nasen berühren, ihren wunderbaren Duft einatmen und ihn bis in meine Lun-

gen einsaugen. Mein Leben würde dadurch bereichert. Ich glaube, ich ahnte damals schon, dass Pferde genau dies tun würden.

Ich kaufte mir Pferdebücher und sammelte Postkarten. Sehr oft stand ich an den Weiden in unserem Ort und sah mir die Pferde an. Ihre Reiter wirkten auf mich als Kind meist arrogant und überheblich. Sie saßen im wahrsten Sinne des Wortes „hoch zu Ross“ und würdigten mich keines Blickes. Die Pferde trugen bunte Bandagen um die Beine und ich dachte damals, dass es sich hierbei um die teuersten Rösser der Welt handelte. Eine Welt, die für mich niemals erreichbar sein würde.

Jeden Tag lag ich meinen Eltern in den Ohren, mir ein Pony zu kaufen, nur ein kleines, vielleicht ein Shetlandpony. Ich wollte mit ihm kuscheln, ihm von meinen Sorgen und Träumen erzählen. Schon als Kind ahnte ich, dass diese sensiblen Tiere etwas Besonderes waren. Intuitiv wusste ich, dass sie mich trösten und beschützen würden.

Die Antwort meiner Eltern auf meine „Flausen“ war immer dieselbe: „Wenn du erwachsen bist, kannst du dir ein Pferd kaufen.“

Ich durfte jedoch zum Reiten gehen. Ich hatte eine Freundin in der Klasse, deren Eltern einen Hof gepachtet hatten. Zweimal in der Woche durfte ich dort eine halbe Stunde reiten. Gleich nach der Schule fuhr ich mit Claudia und ihren Eltern zu dem Hof. Dort stand für mich die Zeit still. Stunden saß ich einfach nur im Stall und beobachtete die Pferde. Die dreißig Minuten Reiten waren nicht das Wichtigste für mich. Ich liebte diese Zeit mit den Fohlen und den anderen Pferden.

Später ritt ich dann in einem etwas größeren Reitstall einen Ort weiter. Nun bekam ich zum ersten Mal Unterricht. Die Schulpferde wussten allerdings schon genau, was sie machen sollten. Beim Kommando „Abteilung im Arbeitstempo Terabb“ trabten die Tiere bereits an. Ich war damals ganz stolz auf mich und dachte, wie jedes andere junge Mädchen, dass ich richtig reiten konnte.

Nachdem ich 1988 meine Ausbildung zur Krankenschwester beendet hatte, tat ich dann endlich das, was ich immer tun wollte. Ich kaufte mein erstes eigenes Pferd - Merlin, ein Araber-Welch-Mix. Er sah ziemlich heruntergekommen aus. Ich wollte ihn retten! Er stand mit circa zwanzig anderen Pferden in einer Reihe. Zu dieser Zeit war noch diese sogenannte Ständerhaltung erlaubt. Dabei handelte es sich um circa

eineinhalb Meter schmale, durch Wände oder Ketten getrennte, aneinandergereihte Gassen, in denen die Pferde an einer Kette angebunden waren. Nach hinten waren sie offen, sodass man an die Tiere herantreten konnte. Auf diese Art war es möglich, eine große Anzahl von Pferden auf geringem Raum zu halten. Später wurde die Ständerhaltung aufgrund von Tierquälerei gesetzlich verboten.

Merlin war kastanienbraun, hatte eine rabenschwarze Mähne und einen üppigen Schweif. Sein ganzer Körper war mit schwarzen rundlichen Flecken übersät, an denen das matte Fell wie abgefressen aussah. Fälschlicherweise hielt ich das für Bisswunden. Jedoch hätte mir klar sein müssen, dass ein Pferd, das in einem Ständer angebunden ist, wohl kaum in die Lage kommt, sich Bisswunden einzufangen. Dafür stand der Nachbar nicht dicht genug dran. Doch ich war dreiundzwanzig Jahre alt, wollte unbedingt ein Pferd und überdies die Welt retten. Also kaufte ich das arme Tier.

Nach ungefähr sechs Wochen begann Merlin zu husten. Der Husten wurde so schlimm, dass meine Stallvermieterin nachts kein Auge mehr zumachen konnte. Der hinzugezogene Tierarzt machte nur ein Zeichen, das ich mein Leben lang niemals vergessen sollte. Er zeigte mit dem Zeigefinger auf seinen Hals und machte eine Bewegung, die einen Schnitt imitierte. Das war es also - Merlins Todesurteil! So sah meine Tierrettung aus, mein Traum von einem eigenen Pferd! Von einer Sekunde zur nächsten, alles abgeschnitten! Als wenn man den Film seines Lebens traums ganz simpel abschneidet.

Ich spürte, wie sich meine Kehle zusammenzog. Tränen stiegen mir in die Augen. Ein Gefühl der Ohnmacht und Hilflosigkeit breitete sich in mir aus. Todesurteil, einfach so? In zwei Minuten entschieden!

Die nächsten Momente liefen wie ein Film an mir vorbei. Fragen über den Händler, Antworten wie: „Da kann man doch kein Pferd kaufen, nur mit Waffenschein und Blutprobe.“ Und die Angst, Angst um mein geliebtes Pferd.

„Er ist dämpfig, das heißt, er hat ein Lungenemphysem. Sehr wahrscheinlich wurde ihm Cortison verabreicht. Das können Sie nicht mehr nachweisen. Er ist todkrank, könnte unter Ihnen zusammenbrechen. Wenn Sie Pech haben, sind Sie auch tot, weil Sie drunter liegen.“

Wortfetzen rasten durch mein Gehirn: „Tot, Cortison, Gangster, keine Hoffnung.“

Damals gab es kein Zurück. Ich musste der traurigen Wahrheit ins Auge sehen. Merlin musste sterben. Ich tat ihm keinen Gefallen, ließ ich ihn weiter am Leben. Der Tierarzt erklärte mir, dass seine Lunge schon doppelt so groß wie bei einem gesunden Pferd sei. Er zeigte mir Merlins schmerzverzerrtes Gesicht, das ich zu Beginn unseres ersten Treffens als Traurigkeit gedeutet hatte. Da war ich noch der Meinung gewesen, ich könne ihm helfen. Jetzt musste ich ihn nach nur vier Monaten erlösen. Mein erstes eigenes Pferd - und ich hatte es auf tragische Weise verloren. Mein sehnsüchtig erfüllter Traum war in Null-Komma-Nichts wie eine Seifenblase zerplatzt.

## **Mein Weg zur Reittherapeutin**

Nach meiner Ausbildung zur Krankenschwester erwachte in mir der Wunsch, Reittherapeutin zu werden. Ich wollte zu diesem Zeitpunkt mit traumatisierten Kindern arbeiten. In meiner Vorstellung wusste ich genau und fühlte deutlich in meinem tiefsten Innern, dass Pferde den Menschen helfen konnten, ihr schlimmes Schicksal zu verarbeiten.

Beim Kuratorium für therapeutisches Reiten informierte ich mich über die Möglichkeiten einer Fortbildung. Die Voraussetzungen dafür waren sehr hoch. Als frisch examinierte Krankenschwester ohne Weiterbildung in Psychiatrie hatte ich leider keine Chance.

Mein Weg führte mich zunächst neun Monate auf die Unfallstation des Krankenhauses, in dem ich gelernt hatte. Danach arbeitete ich ungefähr zehn Jahre in einer Praxis für Dialysepatienten. Auf Dauer wurde mir diese Arbeit jedoch zu monoton, folglich suchte ich nach einer neuen Herausforderung.

1998 begann ich, auf einer Drogenzugsstation im Nachtdienst zu arbeiten. Diese Tätigkeit gefiel mir so gut, dass ich erneut den Wunsch entwickelte, reittherapeutisch tätig zu werden. Zwar hätte ich in dieser Klinik meine Zusatzausbildung zur sozial-psychiatrischen Betreuungskraft machen können und der Weg für eine Ausbildung am Kuratorium

hätte mir somit offen gestanden, jedoch kam ich nach drei Jahren durch den ständigen Wechselschichtdienst an meine körperlichen und psychischen Grenzen. Überdies nahm das Gewaltpotential auf der Station von Jahr zu Jahr zu. Der Dienst wurde immer gefährlicher, daher entschied ich mich gegen die Arbeit in der Psychiatrie und wechselte wieder in eine Dialysepraxis.

In den vergangenen Jahren hat sich einiges im Bereich der Reittherapie getan. Es gibt nun mehrere Schulen, die Reittherapeuten ausbilden. Nachdem ich mich eingehend informiert hatte, begann ich 2002 meine Weiterbildung zur Reittherapeutin am Plennschützer Institut.

Nebenbei arbeitete ich auf einem nahen Therapiehof, um erste praktische Erfahrungen zu sammeln. Nach erfolgreichem Abschluss meiner zweijährigen Ausbildung nahm ich eine Stelle in einem psychiatrischen Wohnheim an. Diese Einrichtung befand sich noch im Aufbau, also konnte ich dort viele kreative Ideen einbringen. Mein Chef und meine Kollegen waren hoch erfreut, dass ich Reittherapeutin war. Man stellte mir in Aussicht, hier meinen Traum, gemeinsam mit psychisch kranken Menschen und Pferden zu arbeiten, zu verwirklichen.

„Wir wollten schon immer Therapie mit Pferden anbieten, hatten bisher nur niemanden, der die Weiterbildung hatte“, erklärte mir mein Chef bei einem Gespräch.

Zuerst begann ich mit der Leitung einer sechsköpfigen Projektgruppe, die über das Landesamt finanziert wurde. Diese Klienten lebten sowohl in dem Wohnheim, in dem ich arbeitete, als auch in einem weiteren in der Nähe, das ebenfalls unserer Firma gehörte. Die Teilnehmer waren von dieser Art Therapie begeistert und freuten sich über die Abwechslung.

Kenja, meine inzwischen vierzehnjährige Andalusierstute, erledigte ihre Aufgabe voll Engagement. Sie hat ein wunderbares Einfühlungsvermögen. Die positiven Eigenschaften dieses Pferdes werde ich an anderer Stelle genauer beschreiben. Die Menschen lernten, Kenja zu führen, verschiedene Übungen mit ihr am Boden zu absolvieren und als Höhepunkt durften sie auf ihr reiten.

Nach einem Jahr bot sich mir die Möglichkeit, gemeinsam mit einer Kollegin einen ambulanten psychiatrischen Pflegedienst in der Firma

aufzubauen. Das war natürlich eine Herausforderung! Dafür sollte ich eigens eine zusätzliche Weiterbildung an der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) absolvieren. Die Qualifikation zur sozialpsychiatrischen Betreuungskraft kam mir natürlich sehr gelegen, unterstützte sie doch meine Qualifikation als Reittherapeutin.

Mein reittherapeutisches Gruppenprojekt umfasste zwanzig Einheiten und dauerte den gesamten Sommer 2005.

Als ich an der MHH begann, sollte ich dort ein Gruppenprojekt über einen Zeitraum von neun Monaten leiten und darüber eine Abschlussarbeit schreiben. Natürlich entschied ich mich für ein reittherapeutisches Projekt. Meine Dozenten zeigten großes Interesse an der Idee, da es zu diesem Zeitpunkt noch nicht viel Literatur zu diesem Thema gab. Während der Ausarbeitung meiner Facharbeit kam mir der Gedanke, später ein Buch über meine Erfahrungen zu schreiben.

Durch den Aufbau unseres ambulanten Pflegedienstes ergaben sich immer wieder Gelegenheiten, Patienten mit schweren Depressionen und verschiedensten Traumata in die Gruppe des therapeutischen Reitens zu integrieren. Die Menschen lernten sehr schnell, ihre versteckten Gefühle wahrzunehmen und grundlegende Dinge in ihrem Leben zu verändern. Unser Psychiater, mit dem wir eng zusammenarbeiteten, war so begeistert von den Erfolgen unserer Patienten, dass er sich nicht mit einem begrenzten Zeitraum zufrieden geben und die pferdegestützte Therapie weiterführen wollte, als das Projekt zum Jahresende auslief - doch so einfach ließ sich dies nicht in die Tat umsetzen. Pferde kosten nun einmal viel Geld und die Krankenkassen förderten keine alternativen Therapiemethoden. Die meisten Patienten konnten darüberhinaus die Kosten für eine solche Maßnahme nicht eigenständig übernehmen. Nach einigen gemeinsamen Überlegungen mit unserer Geschäftsleitung, dem Psychiater und mir, einigten wir uns darauf, dass ich im Rahmen der ambulanten psychiatrischen Pflege pferdegestützt mit den Patienten arbeiten sollte. Die Kosten hierfür trug die Firma anteilig. Ich stellte weiterhin meine Pferde zur Verfügung und bekam im Ausgleich dafür eine Aufwandserstattung. Ich arbeitete zehn Jahre mit Patienten in Einzeltherapiesitzungen und leitete zusätzlich ein jeweils einjähriges reittherapeutisches Gruppenprojekt. Die Teilnehmerzahlen stiegen, die



Erfolge waren umwerfend, aber für Außenstehende leider kaum nachvollziehbar.

Schnell bemerkte ich, dass die Arbeit mit psychisch kranken Menschen nicht nur für die menschlichen Therapeuten, sondern auch für ihre tierischen Kollegen eine enorme mentale Belastung darstellt. Die körperliche und psychische Gesundheit der Pferde musste gewährleistet werden. Ein einzelnes durfte nicht vollkommen überfordert werden. Aus diesem Grund bildete ich weitere Therapiepferde aus. Das war ein sehr wichtiger Schritt.

Nach fünf Jahren qualifizierte ich mich 2007 im Rahmen eines Fernstudiums zur Pflegedienstleitung weiter. Ich büffelte Tag und Nacht, um so schnell wie möglich die Krönung unserer Abteilung zu erreichen: Die Anerkennung zum psychiatrischen Fachpflegedienst. Parallel arbeitete ich weiter als Reiththerapeutin und leitete zusätzlich die Abteilung.

Seitdem war aus der Idee, einen ambulanten psychiatrischen Pflegedienst zu gründen, eine Abteilung von mittlerweile dreizehn Mitarbeitern geworden - und wir expandierten weiter.

Unsere Aufgabe war es, Menschen in einer psychischen Krise so aufzufangen, dass sie nicht in eine Klinik eingewiesen werden müssen. Dies geschieht auch in unserem Kentaurus-Fachpflegedienst. Das hat erstens den Vorteil, dass die zwangsläufige Stigmatisierung wegfällt. Die größte Angst unserer Patienten besteht hauptsächlich darin, von der Gesellschaft als „verrückt“ angesehen zu werden. Die Hemmschwelle, in eine psychiatrische Einrichtung zu gehen, ist deshalb besonders groß. Vielen dieser Menschen könnte früher geholfen werden, wenn sie eher den Mut gehabt hätten, sich helfen zu lassen. Leider besteht dadurch auch die Gefahr der Chronifizierung, das heißt der Übergang von der vorübergehenden zur dauerhaften chronischen psychischen Erkrankung.

Der zweite wichtige Punkt dieses Konzeptes ist, dass die Menschen ihre Probleme in vertrauter Umgebung bearbeiten. Sie sitzen nicht, wie in der Klinik, unter einer Art Käseglocke, in der sie vor allen Außenreizen geschützt werden. Wenn sie dann wieder zu Hause sind, haben sich ihre Probleme im eigenen Umfeld nicht verändert. Die Patienten haben zwar Bewältigungsstrategien erlernt, jedoch fehlt ihnen für die Umsetzung oft die Unterstützung, die sie in der Klinik erfahren haben.

Während meine Kolleginnen zu den Patienten nach Hause fahren und diese mit Gesprächen unterstützen, arbeite ich mit ihnen pferdegestützt. Auf diese Weise kann ich meine Arbeit mit den Pferden am Menschen durch die psychiatrische Pflege wunderbar miteinander verbinden.

In den ersten sechs Jahren, in denen ich mit Pferden und Patienten arbeitete, waren meine Tiere in Pensionsställen untergestellt. Das gestaltete sich zunehmend schwieriger, da ich mit wachsendem Erfolg und steigenden Patientenzahlen immer öfter und länger mit Patienten bei meinen Pferden war. Die Verpächter waren über unsere zunehmende Anwesenheit, sei es aus Neid oder da sie sich gestört fühlten, nicht glücklich. Es wurde jedenfalls immer komplizierter. Dazu kam, dass ich nur einen Pferdestall, kein Büro gemietet hatte. Ohne die Möglichkeit, mich aufzuwärmen, verbrachte ich im Winter oft bei minus fünfzehn Grad acht bis zehn Stunden im Stall.

Da meine Vorgesetzten jedoch so von meiner Arbeit überzeugt waren, entschlossen sie sich kurzerhand, einen eigenen Resthof zu kaufen und diesen zu einem wunderschönen Therapiehof umzubauen. Mein Traum, ein Therapiezentrum zu leiten, wurde endlich wahr. Hier hatte ich eine Reithalle und konnte bei Wind, Regen und Schnee gleichermaßen gut arbeiten. Zu meiner großen Freude wurde unser gesamter Pflegedienst auf diesen Hof verlegt. Endlich konnte ich einen wesentlich besseren Kontakt zu meinen Mitarbeitern aufbauen sowie Büroarbeit und Reittherapie miteinander verbinden.

## **Was ist ein Trauma?**

Seit dem Beginn meiner reittherapeutischen Tätigkeit vor fast zehn Jahren befasse ich mich hauptsächlich mit traumatisierten und depressiven Menschen. Zum besseren Verständnis erläutere ich hierzu den Begriff „Trauma“.

Das Wort Trauma kommt aus dem Griechischen und bedeutet übersetzt „Wunde.“ In der Unfallchirurgie spricht man im Falle einer äußerlichen Verletzung von einem Trauma. Die Psychiatrie bezeichnet seelische Verletzungen, hervorgerufen durch extreme Ursachen, als Trauma.

Solche extremen Auslöser können Gewalt, Krieg, Mord, Folter, Vergewaltigung, sexueller Missbrauch, körperliche und seelische Misshandlung, Unfälle und Katastrophen sein.

Ein traumatisierter Mensch trägt im Gegensatz zu anderen Menschen immer eine gewisse Grundangst in sich. Die Patienten, die in unsere ambulante psychiatrische Pflege aufgenommen werden und sich dann für eine pferdegestützte Begleitung entscheiden, sind zum größten Teil Frauen mit sexuellen Missbrauchs- oder Gewalterfahrungen. Diese Patientinnen haben meistens nicht gelernt, in ihrem Leben eine vertrauensvolle Bindung einzugehen. Entweder befanden sich die Täter selbst im Kreis der Familie oder den Frauen, beziehungsweise damals Mädchen, wurde der Missbrauch nicht geglaubt. In der Mehrzahl der Fälle war beides vertreten. Durch diese traumatischen Erlebnisse haben diese Menschen gelernt, ihre Gefühle zu verbannen und sind, sozusagen, in eine Gefühlsstarre gefallen. Wir kennen dieses Verhalten von anderen Fluchttieren, wie beispielsweise den Antilopen, kurz bevor sie gefressen werden.

Diese Gefühlsstarre ist für die meisten Menschen kaum auszuhalten. Nicht selten verletzen sie sich selbst durch Schneiden und Zigaretten-ausdrücken auf ihrer Haut, nur um sich selbst wieder zu spüren.

Manche Menschen haben so schreckliche Dinge erlebt, dass sich ihre Persönlichkeit gespalten hat. Das Bild der multiplen Persönlichkeit werde ich an anderer Stelle näher an Beispielen beschreiben.

Durch seine Vergangenheit hat der traumatisierte Mensch gelernt, winzigste Nuancen seines Gegenübers wahrzunehmen. Menschen, die sexuell missbraucht, geschlagen oder auf andere Weise misshandelt wurden, sind immer auf der Hut. Somit haben sie vieles mit dem Pferd gemeinsam.

## **Warum Pferde als Co-Therapeuten?**

Pferde eignen sich besonders gut für die therapeutische Arbeit mit traumatisierten Menschen. In der Therapie gibt es mittlerweile immer mehr Einsatzgebiete für Pferde, angefangen bei der Hippotherapie, der

Physiotherapie auf dem Pferd über das heilpädagogische Reiten oder Voltigieren bis hin zum Behindertenreitsport.

Als einziges Medium hat das Pferd durch seinen dreidimensionalen Bewegungsablauf, nämlich zur Seite, nach oben und unten sowie vor und zurück, die Fähigkeit, den Gang des Menschen zu hundert Prozent zu imitieren. Wenn ein Mensch folglich entspannt auf dem Pferd sitzt und es zulässt, dass das Pferd seinen Körper bewegt, ist es so, als würde der Mensch selbstständig gehen. Bei querschnittsgelähmten Patienten zum Beispiel oder bei Babys, die nicht krabbeln wollen, wird dieser Effekt genutzt. Durch den dreidimensionalen Bewegungsablauf, die Wärme des Pferdekörpers und die Sanftheit der Tiere kann man immer wieder beobachten, wie körperliche und psychische Blockaden gelöst werden. Arbeiten traumatisierte Menschen mit Pferden, begegnen sich Mensch und Tier auf Augenhöhe. Pferde sind Fluchttiere. Je nach Temperament sind sie sehr schnell bei Gefahr in einer relativ hohen Erregungsbereitschaft. Bedingt durch ihre mit Angst besetzte Vergangenheit verhält es sich bei traumatisierten Menschen genauso.