

GRÜNE TEXTE

Die NEUEN NATURTHERAPIEN

Internetzeitschrift für Garten-, Landschafts-, Waldtherapie,
Tiergestützte Therapie, Green Care, Green Meditation,
Ökologische Gesundheit, Ökopsychosomatik
(peer reviewed)

2015 begründet und herausgegeben von

Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold (EAG)

In Verbindung mit:

Gartentherapie:

Konrad Neuberger, MA, D Düsseldorf, *Edith Schlömer-Bracht*, Dipl.–Sup. D Brilon

Tiergestützte Therapie:

Dr. phil. Beate Frank, D Bad Kreuznach, *Ilonka Degenhardt*, Tierärztin, D Neuwied

Landschafts- und Waldtherapie:

Bettina Ellerbrock, Dipl.-Soz.-Päd. D Hückeswagen, *Christine Wosnitza*, Dipl. Biol., D Wiehl

Gesundheitsberatung, Health Care:

Doris Ostermann, Dipl.-Soz.-Päd., D Osnabrück, *Dr. rer. pol. Frank-Otto Pirschel*, D Bremen

Ernährungswissenschaft, Natural Food:

Dr. med. Susanne Orth-Petzold, MSc. Dipl. Sup., D Haan, *Dr. phil. Katharina Rast-Pupato*, Ch Zürich

Green Meditation:

Ilse Orth, Dipl.-Sup. MSc., D Erkrath, *Tom Ullrich*, Dipl.-Soz.-Arb. D Ulm

Ökopsychosomatik:

Dr. med. Ralf Hömberg, D Senden, *Dr. mult. Hilarion Petzold*, D Hückeswagen

Naturgestützte Integrative Therapie:

Dr. med. Otto Hofer-Moser, Au Rosegg, *Susanne Heule*, Psychol. Lic. rer. publ. CH Zürich

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper, Hückeswagen.

Grüne Texte ISSN 2511-2759

Ausgabe 09/2022

**Die Relevanz der Selbsterfahrung während der Weiterbildung
zur Tiergestützten Therapeut*in im Integrativen Verfahren ***

Annett Winkler, Köln **

* Aus der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung, Hückeswagen (Leitung: *Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold*, Dipl.-Sup. *Ilse Orth*, MSc). Mailto: forschung@integrativ.eag-fpi.de, oder: info@eag-fpi.de, Information: <http://www.eag-fpi.com>) und der „Deutschen Gesellschaft für Naturtherapie, Waldtherapie/Waldmedizin und Green Care – DGN e.V.“ <https://www.eag-fpi.com/deutsche-gesellschaft-fuer-naturtherapie-waldmedizin-und-green-care-dgn/>

** EAG-Weiterbildung ‚Integrative Tiergestützte Therapie‘, Begutachter/Betreuerin: *Prof. Dr. Hilarion G. Petzold*, Dipl.-Päd. *Ulrike Mathias-Wiedemann*.

Inhalt

Vorbemerkung.

1. Einleitung

2. Die "Neuen Naturtherapien"

3. Selbsterfahrung (in der Lehrtherapie)

3.1 Persönliche Therapie - Praxiserfahrung

4. Das Pferd

4.1 Wirkung des Pferdes auf den Menschen

5. Beschreibung meiner persönlichen Erfahrungen mit dem Pferd in einem Setting während der Weiterbildung.

6. Reflexion und Ausblick

7. Zusammenfassung/Summary

8. Literaturliste

Vorbemerkung

In dieser Arbeit geht es um die Relevanz der Selbsterfahrung während der Weiterbildung zur Tiergestützten Therapeut*in im Integrativen Verfahren. Wie wichtig sind die eigenen Leiberfahrungen in der Weiterbildung? Muss /sollte man selber therapeutische Erfahrungen gemacht haben, um therapeutisch arbeiten zu können? Um diesen Fragen nachzugehen, möchte ich in dieser Facharbeit über meine eigenen - teilweise sehr intensiven - Erfahrungen während der Weiterbildung zur Tiergestützten Therapeut*in im Integrativen Verfahren berichten. Hierbei möchte ich im Speziellen auf den Prozess der Heilung und Nachsozialisation durch die Wirkung eines Pferdes eingehen.

1. Einleitung

In meinen ersten Überlegungen hatte ich die Idee, in meiner Hausarbeit über mein Klientel, körperbehinderte Kinder und Jugendliche – vielleicht auch Asperger Autisten - und Tiere, in dem Fall Achatschnecken, zu schreiben. Ich hatte schon einiges zu dem Thema Achatschnecken gelesen und mir diese tollen Tiere angeschafft. Jedoch hatte ich immer wieder das Gefühl, dass ich nicht für das Thema „brenne“ und ich nicht wirklich zufrieden mit der Themenwahl war.

Immer wieder kam mir eine Situation aus dem Pferdeseminar in den Kopf, die mich sehr berührt hat. Im Austausch mit einigen Kursteilnehmer*innen, wuchs mehr und mehr die Idee, genau darüber zu schreiben. Über mich, über das Pferd, was genau diese Situation mit mir gemacht hat, wie es mich mein Selbst hat erleben lassen. Ich merkte zunehmend, dass genau das mein Herzthema ist.

Es ist mir ein Bedürfnis über meine persönlichen Therapieerfahrungen, die ich über viele Jahre meines Lebens machen durfte, zu berichten. Im Besonderen möchte ich den Fokus darauf legen, wie diese eine Begegnung mit dem Pferd mich berührt, und was sie in mir ausgelöst hat. Ich möchte zeigen, wie wichtig die Selbsterfahrung in allen Bereichen des Lebens und Lernens ist und wie bereichernd Integrative Tiergestützte Therapie sein kann. Diese Hausarbeit ist ein persönliches Fazit:

Was haben mir persönlich die verschiedenen Therapieansätze gebracht?

Wie wichtig sind die persönlichen Erfahrungen und therapeutischen Erlebnisse im Kontext der Integrativen therapeutischen und Tiergestützten Therapie?

2. Die "Neuen Naturtherapien"

Zu den "Neuen Naturtherapien" zählen die Landschafts- und Gartentherapie, die Waldtherapie, Green Meditation und die Tiergestützte Intervention. Seit Ende der 1960er Jahre bildet die "Integrative Naturtherapie" einen methodischen Schwerpunkt der Integrativen Therapie. Es geht grundsätzlich um "die Heilsame Wirkung der Natur", (z.B. die Pflanzen, die Luft, der Geruch, das Licht, die Temperatur, die Atmosphäre der Umgebung, die nicht-humanen Tiere usw.) auf den Menschen. Der Mensch ist ein Wesen mit den Dimensionen Körper, Seele und Geist der immer im sozialen Umfeld und im ökologischen Kreislauf lebt. Er passt sein Tun und Handeln beständig den Verhältnissen von Welt-, Natur-, Ökologie, d.h. Wetter-, Gelände- und sozialen Verhältnissen an. Menschen können zu sich selbst in Distanz gehen und nach dem woher und wohin fragen – Tiere können das nach bisherigen wissenschaftlichen Erkenntnissen nicht. Das heißt, der Mensch ist mental fähig, zu Situationen und zur eigenen Person in Distanz zu gehen (Exzentrizität). Ich kann mich selber, **in mir** selber wahrnehmen sowie auch die Umwelt, die Natur- und ich kann mich auch von „**außen**“ betrachten und wahrnehmen. Mein **Selbst** umfasst meinen Leib, meine Ausstattung (z.B. Temperament, körperliche Gestalt, Bedürfnisse/Antriebe/motivationale Impulse, Instinktverhalten) kollektive Vorstellungen, überlieferte Geschichten der Völker und meines Volkes, meine persönliche Geschichte und die meiner Familie, meine individuellen Verhaltens- und Erlebenstendenzen, meine gegenwärtigen Beziehungen, Motivationen und meine Zukunftsvorstellungen. Das **Selbst** ist die Grundlage meiner Persönlichkeit (vgl. *Rahm et al. 1993*, S. 92).

In jedem Moment meines Lebens wirkt die Umwelt, wirkt die Natur auf mich. Es gibt mich nicht als abgeschottetes Lebewesen ohne die Verbundenheit und das Miteinander mit der Welt um mich herum.

Durch zunehmend fehlende Naturkontakte ist der Mensch abgestumpft. Es wird vom "Natur-Defizit-Syndrom" gesprochen. Der mangelnde Kontakt mit der Natur führt zu einer Naturentfremdung und damit auch zu einer Entfremdung zu sich selbst. Deshalb ist es wichtig, Wege zu entwickeln, um eine neue Naturverbundenheit und auch das Bewusstsein der Naturzugehörigkeit aufzubauen (vgl. *Petzold et al. 1972*). Durch die Erlebnisaktivierung in der Natur werden alle Sinne stimuliert und gesundheitsfördernde Effekte initiiert. So ist ein Spaziergang durch den Wald eine Aktivierung des Erlebens. Ich sehe die Bäume, rieche den Wald/die Erde, höre die Vögel zwitschern, sehe die Sonne durch die Bäume scheinen, hebe eine Kastanie/ein Blatt auf - fühle und rieche deren

Beschaffenheit und Geruch und - und das ist das wichtigste, ICH BIN ein Teil der Natur. Es geht darum, *die Welt/Natur von der Welt/Natur her zu begreifen* (vgl. Petzold 2019e, S. 2). Der Mensch ist ein Körper-Seele/Geist Wesen, im sozialökologischen Kontext eingebettet und somit mit allem Lebendigen in der Welt, also auch mit sich selbst verbunden. In den Integrativen "Neuen Naturtherapien" geht es um Aktivierung; es geht darum, alle Sinne anzusprechen, neue sensorische Anregungen zu schaffen, heilsame Begegnungen möglich zu machen. *„Das Erleben von Natur in all ihren Manifestationen berührt Menschen, vermittelt Natur sein, Sein durch all die leiblichen – sinnlichen Wahrnehmungsmöglichkeiten und führt damit zu inneren Resonanzen, zu einem Mitschwingen oder Wiederklingen im eigenen Leibe“* (vgl. Petzold 2019e, S.1). Der Mensch wird im Integrativen Verfahren als Naturwesen gesehen. Er ist ein multisensorisches Wesen, welches mit all seinen Sinnen wahrnehmen und sich multiexpressiv ausdrücken kann. Alle Sinne des Menschen werden zu jeder Zeit, in jeder Situation und sein Leben lang, angesprochen: hören, sehen, fühlen, schmecken, riechen und das Empfinden von den eigenen Körperbewegungen (Propriozeptionen) und Körperorganen (Interozeptionen). Während der gesamten Lebensspanne lernt der Mensch mit sich selbst, der Welt und mit Anderen. Der Mensch wird zum Lebens-, Gestaltungs- und Erlebnisraum, in dem heilsame, gesundheitsfördernde und beglückende Erfahrungen möglich sind.

Die "Neuen Naturtherapien" begreifen den Menschen als Teil des Ganzen, der mit allem Lebendigen verbunden ist. Gleichzeitig ist es den "Neuen Naturtherapien" wichtig, ein Verständnis für die *"Pflege der ökosophischen Lebenspraxis zu vermitteln - bewahre und schütze die Natur - liebe die Natur."* (vgl. Mathias-Wiedemann und Petzold 2019, S.20).

3. Selbsterfahrung (in der Lehrtherapie)

„Die Selbsterfahrung ist ein Kernmoment praktisch aller psychotherapeutischer Ausbildungen“ (Petzold, Steffan 2017, S.2). Oft wird in der Psychotherapie die Ausbildungszeit als die „Lehrjahre der Seele“ (Frühmann, Petzold 1993a,) genannt. Es entstehen seit einiger Zeit neue Ausbildungs-/Weiterbildungskonzepte, in denen vermehrt die Frage nach Didaktik und Selbsterfahrung gestellt werden. Es geht nicht mehr „nur“ um die reine Gesprächstherapie, sondern um das ganzheitliche Erleben und Erfahren. Bei jeder Therapie, auch in der Lehrtherapie, ist die Selbsterfahrung **das** Kernelement. Hier bietet das Integrative Verfahren einen sehr guten Ansatz. Vereint es das Lernen und Erfahren mit allen Sinnen, mit dem eigenen Körper, mit der eigenen Seele, mit dem eigenen Geist, aber auch mit dem eigenen Kontext (situativer Zusammenhang) und

Kontinuum (zeitlicher und räumlicher Zusammenhang/ aktuelle Situation). All dies spielt im Erfahren meiner **Selbst** eine Rolle und ist wichtig für das Lernen und das Erwerben meiner Erfahrungen.

„Selbsterfahrung wird verstanden als Prozess eines sich bewusst im Kontext und Kontinuum wahrnehmenden, erlebenden und im eigenen Handeln[....], erfahrender Leib-Selbst und geschieht in der ganzen Komplexität und Transversalität des Lebens.“ (Petzold und Steffan 2017, S. 47).

Die Auszubildenden in der Integrativen Therapie (IT) erfahren sich selbst und die Welt in komplexen Wahrnehmungs- und Verarbeitungsprozessen. Sie erfahren sich in ihrer eigenen leiblichen Betroffenheit im Rahmen der gegebenen sozialen und ökologischen Kontexte über die Zeit hin. Der situative Zusammenhang, die zeitliche und räumliche Situation und die im Menschen wirkenden Kräfte können in einem Selbsterfahrungskonzept nicht ausgeblendet werden. Die Selbsterfahrung bedarf also selbst einer hermeneutischen Betrachtungsweise. Durch den hermeneutischen Prozess des Wahrnehmens, Erfassens, Verstehens und Erklärens gewinnt man Erkenntnisse. Durch diese Erkenntnisse resultiert eine neue, veränderte Sicht auf die Welt, sich selbst, das Leben und es entsteht eine (neue) Spirale des Wahrnehmens, Erfassens, Verstehens und Erklärens und daraus kann dann verändertes Verhalten werden.

Das nachfolgende Beispiel dient dem Verständnis der hermeneutischen Spirale:

Wahrnehmen: Ich nehme einen Gegenstand wahr.

Erfassen: Ich erfasse, dass es ein Regenschirm ist.

Verstehen: Ich verstehe, dass ich den Regenschirm brauche, wenn es regnet.

Erklären: Ich kann mir und anderen erklären, dass ich den Regenschirm brauche, wenn es regnet und ich nach draußen gehen möchte.

Bei dem nächsten Regenschauer kann ich mich entscheiden, ob ich den Regenschirm mitnehmen möchte oder nicht (*Handeln*). Ich treffe eine Wahl, vielleicht durch den Regenschauer zu laufen und den Regen auf meinem Gesicht zu spüren. Dann würde wieder die hermeneutische Spirale greifen: Ich nehme Feuchtigkeit in meinem Gesicht wahr, ich erfasse, dass mein Gesicht nass wird, ich verstehe, dass mein Gesicht durch den Regen nass wird und ich kann erklären, dass ich das bei dem lauen Sommerregen wunderschön finde. Durch das Erklären kann sich das Verstandene, das Erfasste und Wahrgenommene potenzieren, verdichten und zu verändertem Handeln/Verhalten führen. Der Mensch befindet sich in jedem Moment in einem Prozess des „*komplexen Lernens*“, das heißt er nimmt wahr, erinnert sich, fühlt und denkt. Zu diesem Prozess gehört die hermeneutische Spirale: Wahrnehmen, Erfassen, Verstehen, Erklären, Handeln.

Der Mensch nimmt etwas wahr, erfasst und versteht dessen Bedeutung und den Zusammenhang und kann daraufhin das Erlebte erklären und daraus eine Erkenntnis ableiten, die zu verändertem Handeln führen kann. Dies wiederholt sich immer wieder, zu jeder Zeit, ein Leben lang. Deshalb ist es möglich zu Lernen und sich weiterzuentwickeln. Es gilt die Andersheit des Anderen, aber auch das Fremde in uns selbst, in der Selbsterfahrung zu begreifen und zu erfahren. Deshalb ist Selbsterfahrung immer auch Erfahrung und Bewusstmachung des Fremden. In den Weiterbildungsmodulen der IT ist die Selbsterfahrung in der Gruppe und das Erleben der Anderen mit ihren emotionalen und kognitiven Eigenheiten unverzichtbar. Bewusstseinsarbeit bedeutet die Stabilisierung und Entwicklung von Souveränität und Empowerment. Es geht darum, eine emotionale Stabilität, eine Selbstbewusstheit und eine Selbstbestimmtheit durch die Bewusstseinsarbeit zu erlangen. Die Psychotherapieausbildung ist ein Prozess persönlicher und professioneller Entwicklung.

„Im Sinne des lateinischen Wortes Curriculum ist das eine ausgezeichnete Strecke des Lebensweges, auf der in der „Sorge um sich“ mit relevanten Anderen und in dem Engagement für sie, es gelingen kann, das persönliche und professionelle Leben als eine Entwicklungs- und Gestaltungsaufgabe wahrzunehmen...und zu gestalten“ (Foucault 1998)

„Da Integrative Therapie als einzel- und gruppenpsychotherapeutisches Verfahren entwickelt wurde (Frühmann 1993; Petzold, Schneewind 1986) muss Psychotherapieausbildung alle Elemente, Prozesse und Qualitäten umfassen, die sich in Einzel- und Gruppenpsychotherapien finden und im Behandlungsgeschehen zum Tragen kommen können: etwa Prozesse persönlicher Abneigung der eigenen Biographie (Conway 1990), Bearbeitung unbewusster und bewusster Materialien (Singer 1990) aus der eigenen Geschichte, Gegenwart oder der phantasierten Zukunft, Ausbildung der eigenen Persönlichkeit durch Konfrontation mit sich selbst und mit relevanten Anderen.“ (Petzold et al. 1999b/2017, S 58)

„Weil es in der Therapie darum geht, Menschen zu helfen, -sich selbst im Lebensganzen verstehen und kreativ verwirklichen zu lernen- (Petzold, Sieper 1993, 93ff, 125ff; Sieper, Petzold 1993), ihr Leiden, ihre Krankheit, ihre Probleme, ihre Chancen verstehen zu lernen, - müssen Psychotherapeuten selbst in Prozesse des Verstehens eigener Geschichte und Gegenwart eintauchen und in der Bearbeitung dieser Materialien erfahren, wie es ist, 'in Beziehung' und durch Beziehung das eigenen seelische Leben und Erleben zu gestalten, zu entwickeln, zu verändern, sowie durch eigene Selbsterfahrung offen zu

werden für neue Affordances (Angebote) (Gibson 1997) – Handlungsmöglichkeiten des Leibes“ (Petzold et al. 1995, S.13)

Es ist wichtig, eine persönliche Souveränität zu erlangen. Dazu zählen Kompetenzen wie Selbstwertgefühl, Identitätssicherheit, Sicherheit in der Geschlechterrolle, personelle und soziale Kompetenzen, kommunikative und interaktive Potentiale sowie Flexibilität und Effizienz auf der sozialen Ebene. Es ist wichtig, eigene Erfahrungen zu machen, aber auch fachliche Theorien auf eigene und persönliche Anteile zu überprüfen. Das eigene Erleben spielt in dem Kontext der Selbsterfahrung die wichtigste Rolle. Die Selbsterfahrung ist immer Identitätsarbeit und es entsteht Entwicklung des Selbst. Diese Identitätsarbeit geschieht in jedem Kontext, d.h. egal ob eine fachliche Ausbildung/Weiterbildung erworben wird, oder ob im privaten Umfeld Erfahrungen gemacht werden. Durch therapeutische Settings z.B. in der Natur, oder mit den Tieren, bekommt das Spüren des eigenen Leibes und des Selbst eine ganz andere Qualität und ein ganz anderes Empfinden. Es wird multisensorisch erlebt, erfahren, gefühlt, gespürt, gehört, geschmeckt, gerochen, sodass viel mehr und auch andere Sinnreize entstehen können, als in einem reinen therapeutischen Setting in einer Praxis. Dem Therapeuten steht dadurch ein breites Spektrum an Expressionen des Klienten zur Verfügung.

Selbsterfahrung wird als ein Prozess verstanden, bei dem der Mensch sich bewusst im Kontext und Kontinuum wahrnimmt, sich erlebt und im eigenen Handeln sein Leib Selbst erfährt.

In der Selbsterfahrung wird das Geschehene, das Gehörte, die Fremdwahrnehmung, die Selbst- wahrnehmung, die Reaktion des eigenen Leibes auf das Geschehene ganzheitlich gespeichert (vgl. *Petzold* 1988n, S. 590).

Zum Erlernen neuer Lernmethoden und Lerninhalte gehören auch die eigenen (Selbst-) Erfahrungen. Alles Wissen, die Erfahrungen, die Werte und Normen sind prägend und machen uns zu dem Menschen der wir sind. Immer wieder erfahren und erleben wir Dinge, die uns eine Um- und Neubewertung von unserem bisher Gelernten möglich machen. Durch emotionale Erfahrungen, körperliches Erleben und rationales Denken kommt es zu einem bewussten Sinnerleben, dem Verstehen von Zusammenhängen von Vergangenen und heutigen Erfahrungen. Daraus resultieren Bewältigungsstrategien die uns durch unser Leben begleiten, sich aber auch immer wieder verändern (siehe Hermeneutische Spirale). Wir benötigen Bewältigungsstrategien um mit Stress, Belastung und Krisen besser umgehen zu können.

„Das psycho-physische personale System (Petzold 1974k) von Erwachsenen ist von vielfältigen Streßeinwirkungen umgeben und oftmals in einer Weise Überlastungen und

Erschütterungen ausgesetzt, das „distress“, Kummer und Sorgen, Leid, Elend Angst, Bedrückung, Überforderung, Verweilung, Niedergeschlagenheit, Resignation, Zynismus, Feindseligkeit, Verhärtung, Bössartigkeit, Abgestumpftheit, Gleichgültigkeit, Vereinsamung, Rückzug, Lebensüberdruß entstehen.“ (Petzold 2013, S. 288)

Stress ist ein biologisches Programm, das in uns allen verankert ist. Es dient dazu, in Extremsituationen das Überleben zu sichern (ein Tier greift mich an - ich flüchte oder verteidige mich). Bewältigungsstrategien, sogenannte Coping-Strategien, sind Muster, die wir anwenden, um Stress zu vermeiden bzw. zu bewältigen. Sie sind eher kurzfristig ausgerichtet und können sich je nach Stressor unterscheiden. Grundsätzlich unterscheidet man zwischen einem aktiven Coping (die Stressoren werden aktiv bewältigt) und dem passiven Coping (den Stressoren wird aus dem Weg gegangen). Es gibt das problemfokussierte und das emotionsfokussierte Coping. Das Handeln wird entweder auf den Reiz ausgerichtet, der den Stress verursacht, oder auf die Emotionen, die durch den Stress ausgelöst werden. Jeder Mensch empfindet und reagiert anders auf Stress. Coping-Strategien haben nicht unbedingt die Prämisse, dass der Stress erfolgreich bewältigt wird. Coping kann funktional und erfolgreich sein, oder aber auch dysfunktional und weniger erfolgreich, wenn nicht sogar kontraproduktiv.

"Jeder gelingende therapeutische Prozess, jede gelingende Selbsterfahrung ist Analyse bzw. Differenzierung von Wirklichkeit, schafft damit Möglichkeiten der Integration bzw. Synthesebildung“ (Sieper1996, Orth 1993 in Petzold 1993o).

Durch die Möglichkeit, sich selber zu analysieren und zu reflektieren, entstehen neue Ziele. "Der Weg ist das Ziel" - und der Weg kann sich verändern, z.B. durch die Lebenserfahrungen des Menschen. Es sind "Ziele auf Zeit", die sich immer wieder wandeln und verändern können. Durch Erfahrungen und den daraus resultierenden Selbsterkenntnissen erweitert sich der persönliche Horizont. Dadurch ist es möglich, dem Lebenskontext und den eigenen Potentialen eine neue Richtung, bzw. ein neues Ziel zu setzen/geben. Die Strukturen aus der Vergangenheit (und aus dem Genom) bestimmen die Gegenwart, können aber durch neue Erfahrungen den Lebensweg und die eigenen Ziele im Leben verändern.

In der Integrativen Therapie geht es darum, möglichst viele unterschiedliche Anregungen und Sinneserfahrungen zu machen. Alle Sinneserfahrungen sind Selbsterfahrungen, die ein Verständnis für die Natur und den eigenen Leib darstellen.

Auf diese Weise lernt der Mensch Neues kennen und kann schon erworbene Erkenntnisse vertiefen. Der Mensch *"erfährt Neues/Anderes über die leibliche Regungen, seine körperlichen Empfindungen, seine Gefühle, Stimmungen, Passionen, Phänomene des*

Willens und Wollens, Entscheidungsfähigkeit, Streben, Entschlüsse, Absichten, Ziele, Freiheit, Unfreiheit, Autonomie, Souveränität, Vernunft usw." (Petzold et al. 2008, S. 27)

Petzold schreibt, dass für die Durchführung von Lehrtherapie auch die professionelle Selbsterfahrung wichtig ist. Neben hohen professionellen Kompetenzen wie Wissen und Fähigkeiten, Performanz wie Können und Fertigkeiten gehört auch die professionelle Selbsterfahrung mit dazu. Die persönliche Selbsterfahrung fördert die eigenen Kompetenzen und lässt ein empathisches Verstehen des Gegenübers besser gelingen. Es gibt ein komplexes Selbsterfahrungskonzept in der Integrativen Therapie, auf das näher eingegangen werden muss, da durch dieses Konzept sehr deutlich wird, wie wichtig auch in der Tiergestützten Therapie im Integrativen Verfahren die Selbsterfahrung während der Weiterbildung ist.

1. *Persönliche Selbsterfahrung* wird verstanden als Prozess eines sich in K o n t e x t und K o n t i n u u m und in relevanten sozialen Netzwerken/Konvois wahrnehmenden Leib-Subjekts, das sich in POLYLOGEN , d. h. in vielfältigen, ko-respondierenden Begegnungen und Auseinandersetzungen mit den Mitmenschen und im eigenen Entwerfen, Planen und Handeln selbst e r l e b t , sein SELBST e r f ä h r t , sein SELBST s c h ö p f e r i s c h g e s t a l t e t . Seine Prozesse der Mentalisierung, d. h der Informationsaufnahme und -verarbeitung sind bewusst, aber auch in großem Maße unbewusst, so dass es sich folglich teils f u n g i e r e n d und teils i n t e n t i o n a l steuert/reguliert und in diesem Lern- und Entwicklungsgeschehen eine differenzierte Persönlichkeit (Selbst, Ich, Identität) ausbildet. Diese Selbsterfahrungsprozesse geschehen in allen Bereichen und Dimensionen des Lebens und sind insgesamt als somatosensomotorische, perzeptive, affektive, volitive, kognitivreflexive, diskursiv-kommunikative und z. T. metareflektierte Lebenserfahrung des Leib-Subjekts zu sehen. Die Selbsterfahrungsprozesse finden einerseits in der ganz gewöhnlichen Alltagswelt statt und andererseits in spezifischen „sozialen Welten“ (z. B. in klinischen Kontexten, Arbeits- und Ausbildungssituationen) als W e g e „phänomenologisch-hermeneutischen Erkenntnisgewinns“, „produktiver Realitätsverarbeitung“, „differentieller Selbststeuerung“ und „kokreativer Selbstgestaltung“ in lebenslanger Entwicklung und Sozialisation, durch die ein Mensch seine Regulationspotentiale, Metakognitionen über sich selbst, seine Identität, eine „theory of mind“, empathische Kompetenz und seine menschlich-mitmenschlichen Qualitäten (Gelassenheit, Großherzigkeit, Engagement, Altruismus u. a. m.) ausbildet und beständig weiter entfaltet, wenn ihm das Leben gelingt.

2. *Professionelle Selbsterfahrung* als Prozess persönlicher und gemeinschaftlicher Professionalisierung in „beruflicher Sozialisation“ für den Bereich von Therapie, Beratung, Supervision oder anderen Formen der „Menschenarbeit“ richtet sich in besonderem Maße auf intensiviertes „eigenleibliches Spüren“, alters-, gender- und ethniewußte Selbst- und Fremdwahrnehmung, die systematisch reflektiert und metareflektiert wird. Sie zielt auf komplexe Bewusstheit für die eigenen biographischen Entwicklungsprozesse und die dort erworbenen Regulationspotentiale - einschließlich erlebter protektiver, salutogener, aber auch pathogener Risiko- und Belastungsfaktoren (Defizite, Traumata, Störungen, Konflikte) und ihrer etwaigen Nachwirkungen als persönliche Vulnerabilitäten oder als Resilienzen. Professionelle Selbsterfahrung ist also im Sinne der entwicklungsorientierten Ausrichtung der Integrativen Therapie auf das Kennenlernen, Verwirklichen und Entwickeln der eigenen Persönlichkeit, ihrer bewussten und unbewussten Probleme, Ressourcen und Potentiale (PRP), ihrer Belastungs- und Tragfähigkeit (coping capacity), der Innovations- und Gestaltungsfähigkeit (creating capacity) gerichtet, auf das Kennen der eigenen Stärken und Schwächen, der emotionalen Kompetenz und Performanz, des eigenen Übertragungs-/Gegenübertragungsverhaltens und der persönlichen Affiliations- und Reaktanzpotentiale. Es wird eine „Expertenschaft für sich selbst“ vermittelt, indem für die eigene Identität sarsarbeit und antizipatorische Lebenszielgestaltung sensibilisiert wird, für die Pflege des eigenen Netzwerks/Konvois, die Entwicklung der eigenen kreativen Potentiale und einer persönlichen Lebenskunst und Parrhesie (den Mut zu freimütiger Meinungsäußerung) – alles Qualitäten, die in der PatientInnenarbeit wesentlich sind und weitergegeben werden können.

3. *Methodische Selbsterfahrung* ist auf behandlungsmethodische und -technische Fertigkeiten und ihre theoretisch-konzeptuellen und forschungsfundierten Hintergründe im Professionalisierungsprozess gerichtet und lehrt die angehenden „Experten für Menschenarbeit“ u. a. die differenzierende Wahrnehmung und Handhabung ihrer Regulationspotentiale auf der somatosensumotorischen, emotionalen, volitionalen, kognitiven, kommunikativen Ebene in den POLYLOGEN der interpersonalen Beziehungen, um ihre Reaktionen auf spezifische Themen (Krankheit, Leid, Tod, Angst, Aggression, Sexualität, Begehren, Macht etc.) kennen zu lernen sowie ihre Resonanzen auf Menschen (Männer und Frauen, Junge und Alte) mit speziellen Störungsbildern (Angst-, Zwangs-, Borderline-Persönlichkeitsstörungen etc.), damit sie – unverzichtbar auch mit Bezug auf Theorie und Forschung – einen persönlich und klinisch angemessenen Umgang mit diesen Reaktionen/Resonanzen entwickeln können. Es wird ihnen im Selbst-erleben der integrativen therapeutischen Methoden und Techniken „am eigenen Leibe“ und im Sich-

Selbst-erfahren in der theoriegeleiteten und forschungsgegründeten Anwendung solcher Instrumente unter fachlich kompetenter Supervision und aufgrund integerer Begleitung durch ihre Lehrtherapeuten die sorgfältige, von Therapeut und Klient gemeinsam verantwortete Handhabung der Integrativen Therapie (shared locus of control) vermittelt. Sie erfahren und praktizieren die p a r t n e r s c h a f t l i c h e , w e r t s c h ä t z e n d e und damit „Selbstwert“ und „Souveränität“ aufbauende Praxis des Integrativen Ansatzes, seine für Menschen e n g a g i e r t e , k o n v i v i a l e Q u a l i t ä t , der es um die Gewährleistung von „patient well-being“, „patient security“ und „patient dignity“ im Sinne der „Integrativen Grundregel“ und ihrer ethischen Orientierung geht (vgl. *Petzold* 2000a, 2006n vgl. *Petzold, Steffan* 1999a,b).

Der Prozess der persönlichen Erkenntnisse durch bewusstes und unbewusstes Selbsterleben und die daraus entstehende Entwicklung und Findung des Selbst fördern das eigene Denken, Fühlen, die Kommunikation und das Wollen. Er kann helfen, die eigene biographische Belastung und pathologischen Einflüsse zu erfassen und zu verstehen. Daraus entstehen Ressourcen, wie salutogene Einflüsse, protektive Faktoren und Copingstrategien, die die eigene Biografie verstehbar und nutzbar machen. Es geht auch darum, eigene Probleme zu erkennen/zu verstehen, um sie nicht auf die zukünftigen Klienten zu projizieren und an dem Gegenüber abzuarbeiten, da das Ziel ein professionelles Setting ist, in welchem die Rollenverteilung Therapeut-Klient klar ist. Einen Satz von *H. G. Petzold* möchte ich etwas umformulieren: (Lehrtherapie)... Selbsterfahrung trägt damit insgesamt zu der Entfaltung einer reichen, kreativen, strahlkräftigen, prägnanten und zugleich besonnenen, feinfühligem und empathischen Persönlichkeit bei, die weltoffen und großherzig ist und über ein hohes Maß an Souveränität verfügt (vgl. *Petzold, Leitner, Sieper, Orth, POLYLOGE* 24/2008, S.42).

3.1 Persönliche Therapie - Praxiserfahrung

Während meiner Ausbildung zur Erzieherin mit dem Schwerpunkt Heim- und Heilpädagogik lernte ich die Supervision kennen. Dort wurde mir das erste Mal klar, welchen Einfluss meine eigene biographische Erziehung auf mein pädagogisches Handeln hat. Aus dieser Supervision entstand der Wunsch nach einer Therapie, um mich und mein Tun besser zu verstehen. Ich ging zu einem Therapeuten und machte meine ersten Erfahrungen in einer dyadischen Therapie.

Wenige Jahre später hatte ich „wie aus dem Nichts“ einen Burnout, habe nur geweint und konnte mir nicht erklären warum. Ich begab mich in eine psychosomatische Klinik und machte meine ersten Erfahrungen in einem klinischen Kontext. Im Anschluss machte ich eine Gesprächstherapie.

Rund 10 Jahre später bekam ich erneut einen Burnout, nicht ganz so heftig wie beim ersten Mal, aber dennoch so schlimm, dass ein Klinikaufenthalt angeraten wurde. Ich entschied mich diesmal ganz bewusst für eine 12 Schritte Klinik, mit einer anfänglichen Kontaktsperre zur Familie und zu Freunden und mit dem absoluten Verzicht auf sämtliche Drogen (zu dem Zeitpunkt habe ich sehr viel geraucht). Ursprünglich sollte in der Klinik auch Tiergestützte Therapie angeboten werden, jedoch gab es das Angebot leider nicht mehr, als ich dort war. In dieser Klinik lernte ich verschiedene Therapieformen kennen, so war z.B. das systemische Familienaufstellen eine sehr intensive Erfahrung für mich. Ich durfte in der Bonding Psychotherapie fühlen und spüren was mir lange verborgen war. Ich bekam einen Einstellungssatz, der mir viele Jahre Kraft und Energie gegeben hat. Neben der dyadischen Therapie gab es auch Gruppentherapie und die therapeutische Gemeinschaft. Es wurde viel Wert auf gesundes Essen und auf Sport und Bewegung in der Natur gelegt. Pflicht war die Suchtgruppe, da ich zu dem Zeitpunkt starke Raucherin war. Diese Klinik mit ihrem Therapieangebot hat mich nachhaltig sehr berührt und meinen Heilungsprozess in Gang gesetzt.

Im Anschluss habe ich zu Hause eine ambulante Gruppentherapie gemacht.

Nach einer längeren Pause habe ich nochmal eine dyadische Therapie begonnen, die zur Zeit immer noch stattfindet.

Alles hat seine Daseinsberechtigung, und alles was ich erlebt, erfahren und auch erarbeitet habe, war und ist wichtig auf meinem Lebensweg. Dennoch sind bei all diesen Erfahrungen, die ich im therapeutischen Bereich machen durfte, der letzte Klinikaufenthalt und die dyadische Therapie, doch die wichtigsten in meinem Leben. Zum einen muss ich feststellen, dass die Wahl des Therapeuten sehr wichtig ist. Ich fühle mich bei meiner jetzigen Therapeutin sicher und ich habe das Gefühl, dass sie mir zugewandt ist und mich wertschätzt. Sie ist sanft und verständnisvoll und hat mir mit Hilfe von Imaginationsübungen viele alte Verhaltensmuster und vor allem Ängste nehmen können. Nun, seitdem ich die Weiterbildung zur Tiergestützten Therapeutin im Integrativen Verfahren angefangen habe, bzw. seitdem ich an der Facharbeit schreibe, wird mir noch einmal klar, wie gut und wichtig die 12 Schritte Klinik für mich war (ich wusste das schon vorher, aber nun sehe ich die Zusammenhänge viel klarer).

Das Zusammenspiel aus Natur, dem eigenen Erleben, dem Miteinander war und ist so wichtig für meine persönliche Nachsozialisation.

4. Das Pferd

Pferde sind Herdentiere, die sehr sozial in ihrem Miteinander sind. Gleichzeitig sind sie aber auch Fluchttiere, die sofort reagieren und bei möglicher Gefahr instinktiv wegrennen. Dennoch sind Pferde neugierig und starten oft den ersten Kontakt mit dem Menschen. Am Tag legen freilebende Pferde bis zu 80 km zurück und grasen ca. 16 bis 18 Stunden. Das soziale Verhalten in der Gruppe ist auf Stabilität und Konflikt-Minimierung ausgelegt und die hierarchischen Strukturen in der Herde sind verlässlich und stabil. Das Pferd hat ein hochsensibles Wahrnehmungssystem und nimmt über seine Sinnesorgane Umwelt- und Körpersignale wahr. So kann es in Gefahrensituationen angemessen reagieren. Pferde kommunizieren durch die Haltung des Kopfes, mit den Augen und den Ohren. Sie können gut hören, riechen und schmecken und ihre taktile Sensibilität ist gut ausgebildet.

(vgl. *Klein, C.* 2017, S. 116)

Pferde erleben Emotionen, genau wie der Mensch, aber auf pferdeweise. Sie zeigen artenspezifisch äußerlich sichtbare Emotionsreaktionen und Befindlichkeiten. So reagieren sie bei Schmerzen oder Angst mit sichtbaren Veränderungen wie z.B. einer erhöhten Atemfrequenz und Schweißausbrüchen.

Das Pferd ist als Herdentier für die Therapie besonders gut geeignet; der Prozess des Lebenszyklus in einer Herde wird sichtbar: Zurückweisung, Freundschaft, Hierarchie, Sexualität, Geburt, Entwicklung eines Fohlens, Krankheit und Tod. Verschiedene Situationen können es möglich machen, durch Beobachten und Erfahren im Kontext der jeweiligen Umwelt (Pferd/Stall/Weide) die eigenen Lebensprozesse zu reflektieren (vgl. *Klein, C.* 2017, S. 123)

Pferde nehmen wahr und reagieren sensitiv auf andere Pferde, aber auch auf Personen und Kontexte in einer pferdespezifischen Reaktion.

4.1 Wirkung des Pferdes auf den Menschen

Das Pferd an sich hat einen hohen Aufforderungscharakter, so ist es grundsätzlich dem Menschen freundlich zugewandt und dadurch entsteht der Wunsch der Kontaktaufnahme. Schnell entsteht eine emotionale Verbundenheit zu dem Pferd, da es auf vielfältige Weise einlädt, in Kontakt zu gehen. Es wird Objekt der Zuneigung und reagiert im besten Fall mit positiver Zuwendung. So können zum Beispiel die Bedürfnisse von Emotionalität,

Hautkontakt, Liebesbedürftigkeit, Vitalität und Wärme gestillt werden. Durch das gemeinsame Erleben werden Geborgenheit und Vertrauen spürbar.

"Der Mensch kann..... Nähe und Geborgenheit, aber auch Angst und Bedrohung und nicht zuletzt tiefe emotionale Berührtheit, die den Weg ins persönliche Unbewusste öffnet, erleben..... So wird das Pferd unter edukativen, verhaltenstherapeutischen, systemischen, körpertherapeutischen, tiefenpsychologischen und analytischen Aspekten eingesetzt." (Scheidacker 2003, S. 176)

"...profitieren Menschen mit unterschiedlichen Diagnosen von der Therapie mit dem Pferd. Von Bedeutung ist dabei, dass seelisch-, geistige Erkrankungen immer eine mehr oder weniger große Störung in der Fähigkeit zu Kontakt und Beziehung beinhaltet - in den Beziehungen zu sich selbst und den eigenen, gegensätzlichen Gefühlsmodalitäten, zum direkten Gegenüber und zum weiteren Umfeld."

"Das Pferd spürt die gefühlsmäßige Beziehung, die Intension der Gestik, des Handelns und der Sprache sowie die körperliche Befindlichkeit des Menschen, und reagiert direkt. Es spiegelt in einem multidimensionalen Bewegungs- und Beziehungsdiallog die Echtheit des Menschen einschließlich seiner unbewussten Anteile. Das ... Getragen und Geschaukelt werden von einem lebendigen Wesen im direkten, engen körperlichen Kontakt macht eigene Körperlichkeit und Emotionen bewusst." (Scheidacker 2003, S. 175ff)

Man nimmt an, dass im Laufe der ersten Lebensmonate das Baby darauf angewiesen ist, mit der Mutter oder den entsprechenden Bezugspersonen einen Bewegungseinklang zu finden. Beim Halten, Tragen und Stillen würde so ein Bewegungsdialog zwischen Baby und Mutter entstehen. Könnte auf Dauer kein befriedigender Bewegungsdialog stattfinden, würde dies wahrscheinlich zu Bewegungsunlust, Ungeschicklichkeiten, funktionellen Störungen wie Ess- und Schlafstörungen sowie Haltungsfehlern führen (vgl. Klüwer 2005, S. 12).

"Jedes Kind kommt mit einer speziellen Ausstattung charakteristischer Modulationen von Spannungs- und Bewegungsrhythmen zur Welt" (Klüwer 2005, S. 12).

Reiten vermittelt vielfältige senso-motorische und taktile Stimulationen, etwa durch Bewegungsimpulse, durch das Fell (verschieden Haartypen Körper/Schweif), die weiche und samtige Nase, die Wärme des Körpers und das Atmen des Pferdes, ebenso olfaktorische, optische und akustische Reize.

Durch das Sitzen auf dem Pferd wird die Umwelt aus einer anderen Perspektive wahrgenommen.

Durch die dreidimensionale Bewegung auf dem Pferd wird der Reiter bis in jede Fingerspitze mitbewegt, was die biopsychosoziale und körperliche Selbst-Erfahrungen fördern kann. Der eigene Körper wird erlebbar durch sichtbare und spürbare Körperkonturen und -strukturen, die eigene Körperhaltung, die Körperspannung und dem rhythmischen Bewegungsmuster. Ein passives Verhalten des Reiters auf dem Pferd ist nicht möglich. Der Reiter muss sich aktiv mit dem Bewegungsfluss des Pferdes auseinandersetzen und gleichzeitig nimmt er unterschwellig sich selber durch die rhythmischen Eigenbewegungen wahr. Es entsteht ein günstiger Aspekt für die Erfahrung seiner Selbst. Der Reiter erfährt Verbundenheit mit dem Pferd, was zu positiven Sinneserfahrungen und einer freudigen Stimmung führen kann.

Der Mensch kann entscheiden, wie viel Kontakt er zu dem Pferd haben möchte, aber auch das Pferd zeigt klar seine Grenzen, z.B. durch Drohgebärden. Das Pferd ist immer klar in seiner "Sprache" und reagiert direkt. So sind die Stellung der Ohren, die Haltung des Kopfes oder aber auch das Schlagen mit dem Schweif klare, erkennbare Signale für den Menschen. Diese klare Haltung der Pferde macht es dem Menschen einfach (wenn er das Verhalten und die Sprache des Pferdes richtig zu deuten weiß), auf das Pferd zuzugehen und Kontakt und Nähe aufzubauen. Schlechte Erfahrungen, die der Mensch mit seinen Mitmenschen gemacht hat, können über den Kontakt mit dem Pferd bewußt – und überdacht werden. Wenn dem Pferd etwas unangenehm ist, zeigt es dies sofort, d.h. der Mensch bekommt eine sofortige Rückmeldung. Der Mensch lernt, dass über klare Grenzen und ein eindeutiges Verhalten ein guter Umgang mit dem Pferd möglich ist. So ist zum Beispiel zwischen Reiter und Pferd die taktile Stimulation als Kommunikation sehr wichtig. Pferde sind Fluchttiere und eignen sich deshalb sehr gut für Übungen mit Nähe und Distanz. Sie sind aufgrund ihrer angeborenen Aufmerksamkeit fähig, kleinste Signale zu beobachten und auf körperliche und verbale Aktionen unmittelbar zu reagieren. Pferde können innere Unruhe oder Stress beim Menschen spüren, jedoch können sie nicht die „innere Haltung“ und das Verhalten des Menschen miteinander abgleichen. Aber Pferde sind in der Lage eine sofortige Rückmeldung auf das Tun zu geben.

"Die durch die Begegnung mit dem Tier herbeigeführten Impulse beeinflussen unsere körperlichen, seelischen, geistigen und sozialen Kräfte." (Otterstedt 2003, S. 61)

„Pferde als „starke“ Tiere können geeignete „Förderer“ in der Therapie sein, insbesondere bei der Schwierigkeit, eine therapeutische Beziehung aufzunehmen.....Sie sind einerseits große und starke Tiere, andererseits kann diese Stärke durch menschlichen Willen und Vertrauensbildung zum Menschen kontrolliert werden. Damit kann die Entwicklung von

Selbstvertrauen und positivem Selbstwert gefördert werden. Die Pflege eines Pferdes kann „weiche“ Gefühle im Pflegenden fördern. Annäherung an den Pferdekörper, Bewegung um das Pferd lässt Nähe und Distanz leibnah erfahren.“(Klein 2017 S. 123)

Das Gefühl der Geborgenheit, wenn es entsteht, hilft der Vertrauensbildung und kann an das Urvertrauen anknüpfen oder dieses fördern. So, wie sich der Säugling an die Bewegungen der Mutter anpasst und mit diesen mitschwingt, kann auch die Anpassung an die Bewegungen des Pferdes (die aber keine Humanmutter ist, nicht wie diese riecht, keine menschliche Ermunterungs- oder Troststimmen hat) an eine gemeinschaftliche Erfahrung mit der Mutter anknüpfen, eventuell ergänzen. Über die Bewegung findet eine nonverbale Kommunikation statt und wenn diese für beide Partner stimmig und mit Zuwendung verbunden ist, wird das oxytocinerge System aktiviert und es stellt sich für den Menschen ein beglückendes Gefühl ein. Grundsätzlich gibt es eine hohe Motivation, sich auf dem Pferd zu halten (neben dem Bedürfnis, nicht vom Pferd zu fallen) und dies wird unmittelbar am eigenen Leib erfahrbar. Der Mensch muss sich in das Pferd hinein fühlen und seine Möglichkeiten der Bewegungssynchronisation nutzen lernen, um ein richtiges Maß an Sich-bewegen-lassen und Sich-der-Bewegung-und-dem-Rhythmus-Anpassen zu finden.

Der Zugang zum eigenen Leib wird v.a. über das „eigenleibliche Spüren“ erreicht. Es ist der Weg, um eigenleibliche Bewusstheit (awareness) zu fördern bzw. wiederzugewinnen. „Eigenleibliches Spüren“ ist nach Hermann Schmitz (1990, S.115) das, was der Mensch von sich spürt, auch ohne dafür ein spezielles „Sinnenorgan“ wie Auge oder Hand einzusetzen. Das so Gespürte kann die Grenzen des sicht- und tastbaren Körpers überschreiten. Empfindungen wie z.B. Schmerz, Hunger, Frische oder Behagen sind leibliche Regungen, die am Leib gespürt werden. Das „eigenleibliche Spüren“ (Schmitz) lässt sich in der IT/IBT z.B. fördern durch das Fokussieren auf den eigenen Körper (mit und ohne kreative Medien), durch Bewegungs- und Atemübungen und durch die systematische Exploration des Körpers (durch die Patientin selbst oder durch die Therapeutin) (Klein 2017 S.142)

In der IT wird Bewegung als natürliche Gegebenheit des lebendigen Körpers verstanden. Die Leiblichkeit und die Bewegtheit sind immer miteinander verwoben und müssen deshalb immer gemeinsam betrachtet, erfasst und verstanden werden. Der Begriff der Bewegung wird verstanden als körperliche Motilität, emotionale Bewegtheit, geistige Beweglichkeit, soziales aufeinander zu- oder voneinandergehen, historische Bewegung, Bewegung im Ablauf der Zeit, Willensbewegung, Mitbewegung und ist somit sehr vielschichtig, differenziell und integrativ.

Durch die Interaktion/Kommunikation mit dem Pferd, die sensible Wahrnehmung und unmittelbare Reaktion des Pferdes in der Interaktion und im Zusammenspiel mit dem Menschen, können diesem bewusste und teilweise auch unbewusste Beziehungs- und Verhaltensmuster deutlich werden (vgl. Klüwer 2005b). Jedoch darf dies nicht überschätzt werden, da eine Tierbeziehung nicht mit einer Menschenbeziehung gleichzusetzen ist. Unbewusste Muster müssen von einem kompetenten Therapeuten gedeutet und reflektiert werden, das Pferd kann nicht deuten und sich nicht in den Menschen „hineinfühlen“ So darf man bei diesen dyadischen Patient-Pferd-Situationen nicht den Therapeuten/die Therapeutin vergessen. Er/sie spielt zusammen mit dem Kontext die entscheidende Rolle. Im Rahmen eines therapeutischen Settings sind die triadische bzw. tetradische Beziehung von 1. Patient, 2. Therapeut, 3. Pferd, 4. Kontext wichtig (Stall ist anders als Koppel oder Gelände). Diese Interaktion beinhaltet die Grundsituation des sozialen Lernens und Lehrens (vgl. Sieper, Petzold 1993, 2002).

Die Kommunikations-, Interaktions- und Beziehungsgestaltung zwischen Klient/Patient und Pferd steht nach der therapeutischen - immer im Vordergrund und das Pferd ist ein Medium, welches als Gestaltmöglichkeit genutzt wird. *Der Mensch wird in der Interaktion mit dem Pferd in verschiedenen Bereichen angesprochen: in seiner Leiblichkeit, d.h. in der Beweglichkeit, der Wahrnehmungsfähigkeit und Sensibilität, in der Beziehungsfähigkeit, der Verantwortungsübernahme und in einer realistischen Selbsteinschätzung (vgl. Klüwer 2005b).* Die eigenen Fähigkeiten können mit dem Einsatz des Pferdes spielerisch und dennoch differenziert kennengelernt werden. Der Mensch erfährt Selbstwirksamkeit und Kontrolle, was die persönliche Souveränität stärkt.

5. Beschreibung meiner persönlichen Erfahrungen mit dem Pferd in einem Setting während der Weiterbildung

Im Rahmen der Weiterbildung zu Tiergestützten Therapeutin im Integrativen Verfahren stand das Pferdeseminar an. Einerseits freute ich mich auf die Pferde, andererseits hatte ich großen Respekt vor ihnen und ihrer Größe. Ich hatte bis dahin einmal in meinem Leben als Kind auf einem Kirmespferd gesessen, ansonsten hatte ich kaum Kontakt zu ihnen. Durch mein starkes Übergewicht hatte ich zudem große Bedenken, ob eines dieser Pferde mich überhaupt tragen könnte.

Bei den Pferden handelt es sich um Curly Horses, das sind Pferde mit gelocktem Fell, die dadurch absolut Allergiefrei sind, das heißt, Menschen, die auf „normalen“ Pferden aufgrund ihrer Allergie nicht reiten können, können mit den Curly Horses beschwerdefrei

agieren. Die Besitzerin des Hofes kennt alle ihre Tiere sehr gut und züchtet auch mit ihnen.

Zunächst fand ein behutsames Kennenlernen der Tiere und der Umgebung statt. Wir als Seminargruppe, näherten uns auf der Koppel langsam den Pferden. Ich konnte die Pferde völlig entspannt und ruhig erleben. Es war ein schöner Anblick, die Pferde am Horizont der Koppel zu erleben. Ich roch die frische Luft und fühlte den Wind der mir entgegen strich. Wir näherten uns langsam den Pferden und nahmen Kontakt mit ihnen auf. Durch beobachten, hören, sie fühlen und riechen war eine multisensorische Wahrnehmung möglich. Ich konnte mich, aber auch die Seminarteilnehmer, die Kursleiterin und die Pferde in ihrer Umgebung mit all meinen Sinnen wahrnehmen.

Am nächsten Tag fanden verschiedene Einheiten auf dem Trainingsgelände statt. Hierzu gehörte unter anderem eine Übung, bei der man das Pferd mit seinem Körper dirigieren und ihm die Richtung vorgeben sollte. Es war eine Vertrauensübung, bei der zum Schluss das Pferd auf den Menschen in der Mitte zugehen soll. Da Pferde von Natur aus und in ihrem Familienverbund sehr robuste Tiere sind, und dementsprechend auch schon mal einen derben Schubs oder Biss vertragen können, sollte man teilweise bei den Übungen nicht zimperlich sein. So ist es in der Herde völlig normal, dass die Rangfolge der Tiere mit Tritten und Bissen untereinander ausgefochten wird. Auch in den Trainingseinheiten muss dem Pferd mal ein Klaps gegeben oder ihn heftig angerempelt werden, um ihm zu signalisieren, dass es agieren soll. Und das kann man natürlich nicht in den zwischenmenschlichen Alltag übernehmen, es muss also Transferarbeit geleistet werden. Dennoch sind Pferde sehr sensibel und nehmen die Stimmungen um sich herum sehr intensiv wahr und reagieren darauf.

Ich habe immer gedacht, dass ich ein Mensch bin, der klar und deutlich signalisiert, was er möchte, oder was er gut oder schlecht findet. Ich bin ein sehr emotionaler Mensch, aber in meinem Tun klar strukturiert. Was in der Kommunikation mit den Menschen gut funktioniert, hat bei „meinem“ Trainingspferd gar nicht geklappt, eben, ist ja ein auch Pferd. Ich musste feststellen, dass ich nicht klar mit meiner Körpersprache und meinem Auftreten war und das Pferd nur widerwillig bis teilweise gar nicht auf meine Anweisungen reagierte. Das Pferd zeigte nicht die von mir gewünschten Reaktionen. Daraufhin sollte ich, auf Anweisung der Trainerin, dem Pferd mit körperlicher Sprache – sprich schubsen und auch mal einen Klaps geben – den Weg weisen. Allein das fiel mir unendlich schwer. Ich sollte aus meiner Sicht/Interpretation „Gewalt“ anwenden, um das Pferd zu bewegen. Das ging gegen meine innere Grundhaltung, und ich fühlte mich absolut nicht wohl dabei. So war doch immer meine Intention, niemandem weh zu tun oder ihn zu schlagen. Nun sollte ich das Pferd, aus meiner Sicht, körperlich bedrängen. Ich wollte die Aufgabe

zufriedenstellend lösen und ich wollte den Teilnehmern und der Pferdebesitzerin zeigen, dass ich die Aufgabe bewältigen kann. Ich wollte allen gefallen und sie beeindrucken und war bereit, über meine Grundhaltung zum Thema Gewalt hinwegzusehen/sie zu überdenken, war es doch eine Anthropomorphisierung, was ich noch nicht verinnerlicht hatte

Ich steckte im Zwiespalt und musste mich *ad hoc* mit meinen Gefühlen und Emotionen auseinandersetzen. Ich verstand, warum ich dem Pferd gegenüber so agieren sollte, konnte dies aber mit meinen Gefühlen und meiner Grundhaltung (im menschlichen Kontakt) kaum vereinbaren. Durch die Motivation der Trainerin und durch meine Vernunft war es mir schließlich möglich, die Übungseinheit zu beenden. Dennoch war es mir mehr als unangenehm, aus meiner persönlichen menschlichen Sicht und Projektion, „Gewalt“ anwenden zu müssen. Habe ich doch in meiner Kindheit und Jugend viele Gewalterfahrungen selbst erlebt und nun soll ich so einem großen, stolzen und doch sensiblen Wesen aus meiner Sicht wehtun. Vielleicht hatte ich auch ein bisschen Angst, dass das Pferd sich „quasi an mir rächt, und mir dann auch weh tun möchte“. Oder es „mag“ mich nicht mehr, weil ich es bedrängt habe – und ich möchte ja von jedem gemocht werden. Diese Gedanken kommen mir erst jetzt beim Schreiben. In der Situation selber hatte ich nur den Gedanken, dem Pferd nicht wehtun zu wollen und das aus meiner menschlichen, moralisch/ethischen Sicht und meiner menschlichen Erfahrung aus der Kindheit. So können Projektionen/Antropomorphisierungen zu Tieren, hier dem Pferd entstehen, was ich da noch nicht verstanden hatte, denn Pferde brauchen eine andere Kommunikation, als Menschen, so wie z.B. Hunde auch klare Ansagen brauchen, während es bei Menschenkindern um „Aushandeln von Grenzen“ geht.

Aber das „Schlimmste“ für mich sollte ja noch kommen: ich sollte auf dem Pferd reiten. Irgendwie hatte ich die ganze Zeit gedacht, dass keines dieser Pferde mich tragen kann, und war deshalb recht entspannt, weil mir das „auf dem Pferd sitzen“ erspart bleiben würde (dachte ich), bzw. ich das Pferd mit meinem Gewicht nicht quälen müsste. Alle Seminarteilnehmer sollten sich in Zweier - Gruppen zusammenfinden. Ich hatte großes Vertrauen in eine bestimmte Teilnehmerin aus dem Seminar (nennen wir sie Sarah) und bat sie, mit mir die Übung zu machen. Ich wusste, dass Sarah viel Erfahrung mit Pferden hatte und dass sie in der Lage sein würde, die Situation mit dem Pferd und mir gut zu überschauen. Ich fühlte mich bei ihr in sicheren und guten Händen. Als mir dann die Trainerin mitteilte, dass es ein Pferd geben würde, was mich einige Minuten tragen konnte, bekam ich Angst und wurde unsicher. Wie soll ich auf das Pferd hinaufkommen? Wie reagiert das Pferd auf mein Gewicht? Es gab nicht viel Zeit zum Nachdenken, denn ich war von Sarah und mir die erste, die auf das Pferd steigen sollte.

Also Helm auf, und ab auf's Treppchen; schon beim Aufsteigen hatte ich leichte Probleme, da ich relativ klein bin und ich mein Gewicht auf das Pferd wuchten musste.

Kaum saß ich auf dem Pferd, brach ich schon in Tränen aus. Es schaukelte wahnsinnig, und ich hatte kaum Kontrolle über mich, geschweige denn über das Pferd. Die Trainerin hatte ein sehr gutes Gespür für mich und die Situation und auch Sarah hatte mich gut im Blick. Ich war zunächst so mit meiner Angst und der verlorenen Kontrolle beschäftigt, dass ich ein paar Minuten nur auf dem Pferd gesessen habe, ohne einen Schritt zu reiten.

Nachdem ich mich ein wenig an die völlig neue Situation gewöhnt hatte, fing Sarah an, langsam mit dem Pferd loszugehen. Hierbei musste ich Sarah und dem Pferd absolut vertrauen, und ich war sehr froh, dass ich diese Übung mit ihr machen durfte. Es schaukelte alles sehr stark und ich war einzig damit beschäftigt, auf dem Pferd sitzen zu bleiben und die Balance und meine Körperkontrolle zu halten. Ich konnte um mich herum nicht viel wahrnehmen, da ich zu sehr mit meinen Ängsten, dem Weinen und meinem Kontrollverlust beschäftigt war. So gingen das Pferd, Sarah und ich sehr langsam 1-2 Runden. Irgendwann sprach mich Sarah an, und lenkte meinen Blick auf das Pferd. Sie erklärte mir, dass das Pferd den Kopf oben und die Ohren nach hinten geklappt hatte, um mich wahrzunehmen und auf mich einzugehen. Es war „ganz bei mir“, zeigte keinerlei Unwillen mich tragen zu müssen und achtete auf mich. Es wirkte auf mich freundlich und aufmerksam, es war mir zugewandt und wohlwollend. Ich kann diesen Moment kaum erklären, aber es war mir, als ob das Pferd mir zeigte, dass es auf mich aufpassen würde, was es natürlich nicht tat, sondern ich war in seinem Aufmerksamkeitsfeld. Ich konnte mich tatsächlich ein wenig entspannen. Ich konnte zunehmend den Blick auf das Pferd und meine Umgebung lenken und meine Tränen trocknen. Es war mir möglich, auch Kontakt zu dem Tier aufzubauen, mit ihm zu reden und es am Hals zu streicheln und zu loben. Ich konnte die Kontrolle über mich wiedererlangen und sie auf diese Weise auch mit dem Pferd und Sarah teilen, mich auf mich, das Pferd, meine Umgebung und auf ein paar kleine Übungen konzentrieren. Ich konnte Sarahs Achtsamkeit mit mir und dem Pferd annehmen (das Pferd ist *aufmerksam*, der Mensch *achtsam*) und das fühlte sich sehr gut an.

Fast war es schade, als die Übung zu Ende war, aber ich merkte auch, wie anstrengend diese für mich gewesen war. Mein Körper war sehr angespannt und ich war froh, wieder Boden unter meinen Füßen zu haben. Ich bedankte mich zärtlich bei dem Pferd, weil es mir diese großartige Erfahrung ermöglicht hatte „auf Pferdeweise“. Ich durfte die Wärme, Kraft und das Vertrauen des Pferdes erleben und fühlte mich geborgen und sicher. Ich habe so erfahren, dass ich mich von einem Pferd tragen lassen darf und kann. Getragen- und Gehaltenwerden, Nähe, Wärme und Vertrauen in der Beziehung zum Pferd zu erleben

– Dinge die ich in meiner frühen Kindheit von meinen Caregivern zu wenig erfahren hatte. All dies konnte ich multisensorisch wahrnehmen. Durch die gute Beziehung und die empathische Resonanz von Sarah und der Trainerin war mir das möglich.

6. Reflexion und Ausblick

In dem Setting mit dem Pferd war mir kognitiv klar, dass ich dem Pferd nicht wirklich wehtue, sondern das ich auf „pferdische“, robuste Weise versuche das Tier zu lenken. Aus fachlicher Sicht hatte ich zu viele Anthropomorphisierungen im Kopf, und damit das Pferd auf eine menschliche Stufe gestellt. Ich habe meine eigene Erfahrungswelt mit meinen Ursachen auf die Pferdesituation „übertragen“. Ich hatte nicht den Blick für das Fachliche, was ich aber auch nicht haben musste, da ich in der Rolle der Klientin war. Gerade in diesem Setting hat sich meine Emotionalität einen Weg gebahnt, den ich selber nicht für möglich gehalten hätte. Dass das „Getragen werden“ so einen tiefen und inneren wichtigen Punkt in meinem Leben, meinem Selbst ist, war mir nicht bewusst. Ich habe nicht ohne Grund so viel Übergewicht und dann schafft es das Medium Pferd, das ich mich getragen fühle, dass mir trotzdem jemand zugewandt ist und mich trägt, was für mich eine überwältigende emotionale Erfahrung war.

Für mich ist diese Facharbeit, mit der dazugehörigen Weiterbildung ein weiteres Lernen und Erleben mit mir selbst. Durch die vielen verschiedenen therapeutischen Settings, die ich in meinem Leben erfahren durfte, mit der Weiterbildung zur Tiergestützten Therapeutin im Integrativen Verfahren, mit all den angebotenen Seminaren, den Erlebnissen mit den Tieren, mit dem Fachwissen, das mir vermittelt wurde und dem Schreiben dieser Arbeit, ist mein Bedürfnis nach weiterer intensiver therapeutischer Selbsterfahrung erstmal (?) für mich gestillt. Es fühlt sich gut und rund an, über mein persönliches Erleben zu schreiben. Man muss mit Sicherheit nicht alles erlebt haben, um selber eine gute Therapeutin sein zu können; dennoch finde ich es persönlich wichtig, therapeutische Erfahrungen im eigenen Kontext gemacht zu haben. Zum einen bedeutet Selbsterfahrung ein eigenes Reifen und Wachsen, Erkenntnisse zu gewinnen, um sich selber weiterzuentwickeln. Zum anderen kann ich im therapeutischen Rahmen mein Gegenüber besser verstehen und auf ihn/sie eingehen, wenn ich selber therapeutische Erfahrungen gemacht habe. Ich weiß, wie es sich für mich anfühlt, im Leben stecken zu bleiben und keinen Ausweg zu finden. Ich kann nachvollziehen, warum Dinge im Leben schiefgehen, man nicht den Mut hat, weiter zu gehen. Ich durfte selber viele gute Erfahrungen machen und vermag deshalb meinem Gegenüber Mut und Zuversicht zu geben.

Ich möchte anhand der 4 WEGE DER HEILUNG UND FÖRDERUNG meinen Lernweg verständlich machen:

Der 1 WEG: "sich selbst verstehen"

Die Menschen, das Leben verstehen. Förderung von Exentrität, Einsicht in Biographie, Übersicht über den Lebenskontext. Bewußtwerden der eigenen Selbstsorge. Es geht um Bewusstseinsarbeit, durch Sinnwahrnehmung, Sinnerfassung, Sinnverarbeitung und Sinnschöpfungskapazität. Überdenken des eigenen Lebens, der persönlichen Biographie und um ein Nachsinnen über das eigene Wesen, die eigene Persönlichkeit. Selbsterkenntnis, Lebenserfahrung, Sinnerleben. (vgl. Petzold 2012 h, S. 25)

In der Situation mit dem Pferd war mir zuerst nicht klar, warum ich solche Angst hatte, auf dem Pferd zu sitzen. Natürlich hatte es mit meinem starken Übergewicht zu tun, das ich dem Pferd nicht zumuten wollte - ich weiß sehr genau, warum ich zu viel esse und woran es liegt, dass ich mein Gewicht nicht reduziert bekomme. Durch das mangelnde Vertrauen in mich und meine Fähigkeiten, hatte ich mir Sorgen gemacht, wie ich auf das Pferd hinaufkommen sollte, und was die Kursteilnehmer denken würden, wenn ich es nicht schaffe, auf das Pferd aufzusteigen und wie peinlich es sein würde, wenn mir alle dabei zusehen.

Durch all meine Therapie, Reflexionen und meine Arbeit im sozialen Kontext durfte ich sehr viel über mich lernen. Ich kann mit all den Lebenserfahrungen, Rückblicken, der Auseinandersetzung mit dem familiären Kontext, mit meiner Lebens-Geschichte verstehen, warum ich heute bin wie ich bin. Einen großen Anteil hatten dabei die Wut, die Scham, die Hilflosigkeit, das Entsetzen, aber auch die grundsätzliche Erkenntnis über Zusammenhänge, das Verstehen des Anderen. Es gab viele Zweifel auf diesem Weg und es gab Situationen, in denen ich sehr müde war, den Weg weiter zu gehen.

Mir war es immer wichtig, mich mit meinen Gefühlen und meiner aktuellen Situation auseinander zu setzen, auch wenn ich dadurch viel gelitten und getrauert habe. Die verschiedenen Therapien haben mir viele Erkenntnisse vermittelt und mir oft bei der Sinnfindung geholfen.

Der 2 WEG: "Zugehörig sein"

Nach- und Neusozialisation durch perzeptive (sinnliches Wahrnehmen ohne Reflexion), emotionale, volitionale (durch den Willen bestimmt) Differenzierungsarbeit im Beziehungsleben. Es geht um, sich positiv entwickeln können, mitmenschliches und emotionales Sinnerleben, emotionale Heilung. Im zweiten WEG wird klar, dass ich diesen

Weg nicht alleine gehen kann. Ich brauche "Andere" um ein besseres Wissen/ vielleicht auch Gefühl über mich selbst zu bekommen.

Durch Grundvertrauen wird man beziehungsfähig. Wenn ich vom Anderen vielfältige (positive) emotionale Stärke spüre, vor allem Liebe, lerne ich, mit Liebe zu antworten. Dadurch werde ich beziehungsfähig. (vgl. Petzold 2012 h, S. 25/26)

Das Aufsteigen auf das Pferd war unerwartet schnell und unkompliziert möglich. Zunächst war ich sehr in meiner Angst gefangen, so musste ich aus meiner Perspektive doch die komplette Kontrolle über mich abgeben. Ich war zunächst gar nicht fähig, mich auf etwas Anderes als mich selber und meine Angst zu konzentrieren. Erst durch den Zuspruch meiner Reitbegleitung konnte ich die emotionale Stärke von ihr, aber auch ganz intensiv die Stärke von des Pferdes spüren bzw. wahrnehmen. Das Pferd konnte mich tragen, mit all meinem Gewicht, meiner Last, meinen Ängsten, meinen Unzulänglichkeiten, so war mein Erleben. Es hat mich „ausgehalten“ und ich fühlte mich gewiegt, mit Wärme und Vertrauen beschenkt. Ich durfte meine "Last" teilen und das Pferd konnte sie tragen. Ich durfte eine intensive positive Erfahrung machen und fühlte mich dem Pferd, meiner Reitbegleitung und der Pferdebesitzerin zugehörig.

Ich fühle mich nicht durch diese eine Situation beziehungsfähig, jedoch durfte ich spüren, das ich „tragbar“ bin und man mich "halten" kann. Ich war es wert, dass mir Wärme und Zuneigung geschenkt wurde und das hat mich emotional sehr berührt.

Der 3 WEG: "Neugierde"

Ressourcenorientierte Erlebnisse aktivieren. Ziel ist, Erlebens- und Ausdrucksspielraum durch multiple Stimulierung zu erweitern, Ressourcennutzung zu verbessern, Selbstwirksamkeit zu fördern und neue Strukturbilder anzulegen. Der dritte WEG initiiert zum Schöpferischen, ko-kreativen, nimmt mit der Welt Kontakt auf. Man lässt sich auf Situationen und Begegnungen mit Menschen ein. Man erlebt, wie man mit explorativer (Erforschen) Neugier in die Welt hineingeht. Es wird nach Neuem gesucht und es wird auch gefunden - daraus kann das Neue gestaltet werden. Eine Selbstgestaltung äußerlich und innerlich ist möglich. "Sich selbst zum Projekt machen". Ressourcen und Potentiale können genutzt werden. (vgl. Petzold 2012 h, S. 26).

Ich mache mich selbst zum Projekt, indem ich neugieriger und mutiger auf das Leben geworden bin. Ich habe mehr Zuversicht, dass ich Aufgaben und Herausforderungen bewältigen kann. Im Zusammenspiel mit der Weiterbildung zur Integrativen Tiergestützten

Therapie und meiner Gesprächstherapie habe ich verstanden, dass ich Lust auf Neues haben darf und kann. Ich darf und kann durch Reisen die Welt entdecken - auch und vor allem alleine. Ich muss kein Hobby für viele Jahre ausüben, sondern darf viele Hobbys ausprobieren und erkunden. Ich darf Lust auf Neues haben, neugierig sein und dazu lernen. Und ich bin jetzt bereit dazu.

Ich weiß, dass mein emotionaler Weg und die Suche nach Zuneigung, Liebe, Beziehung damit noch nicht beendet ist, aber ich glaube, dass ich noch viel lernen und erleben darf und ich vielleicht, eines Tages auch bereit für die Nähe eines Partners bin.

Der 4 WEG: "Nicht alleine gehen"

Förderung von Solidaritätserfahrung und exzentrischer Überschau. Überschau über das Leben, die Mitmenschen, das Zwischenmenschliche, die menschliche Gemeinschaft, gesellschaftliche und Weltzusammenhänge. Solidaritätsverpflichtung - solidarische Hilfe geben, aber auch die Möglichkeit in Notsituation Hilfe zu erhalten . (vgl. Petzold 2012 h, S. 27).

Ich bin es all die Jahre gewohnt gewesen, alles für mich alleine zu regeln und zu organisieren. Ich brauchte wenig Hilfe und es fiel mir immer schwer, danach zu fragen. Nun fällt es mir zunehmend leichter um Hilfe zu bitten oder Hilfe anzunehmen. Auch kann ich mittlerweile ein nettes Wort, ein Lob oder eine Umarmung annehmen und auch genießen.

Durch meine Arbeit ist es mir ein Leichtes, einen Überblick über die Gemeinschaft und die Bedürfnisse von anderen zu haben. Ich bin empathisch mit anderen und in jeder Notsituation da. Jetzt muss ich lernen, dass andere mit mir empathisch sind und es ehrlich meinen; dass ich mit mir selber empathisch sein darf und dass auch ich "meinen" Weg mit anderen teilen und gehen darf.

"Beeinträchtigte Fähigkeiten und Fertigkeiten können im Behandlungsprozess durch die 4 WEGE der Heilung und Förderung wiederhergestellt (soweit möglich) oder Kompensationsmöglichkeiten entwickelt werden." (Petzold, Ort, Sieper, Orth 2006 S.55ff)

Durch die Tiergestützte Therapie, bzw. durch die Einheit mit dem Pferd, konnte ich meinen Prozess der Gesundung stärken. Der Förderprozess war durch den Umgang und die Nähe zu dem Tier möglich. Mir war es möglich, auf sehr verschiedenen Ebenen zu lernen. Das Lernen und Erfahren ist auch im fortgeschrittenen Alter möglich - ich durfte emotional erfahren, dass mir ein Wesen zugewandt ist und mich aushalten und tragen kann. Es

wurde für mich erlebbar, dass Mitmenschen mir zugewandt sind und meine Ängste wahr- und ernst nehmen. Mir wurde Sicherheit und Vertrauen geschenkt und ein emotionales Wohlbefinden stellte sich im Nachhinein ein. Das Pferd war mein therapeutisches Medium, um die Erfahrung des "Getragen-werdens" erleben zu dürfen. Das körperliche Erleben und die emotionalen Erfahrungen haben mir ein bewusstes Sinnerleben möglich gemacht, aus dem ich dann Zusammenhänge aus meinem Lebenskontext besser verstehen und einordnen konnte.

Ich wurde berührt, wo ich berührbar bin.

Es war mir möglich, meine eigenen Gefühle wahrzunehmen und auszusprechen; eine Nachsozialisierung (Bestärkung von beeinträchtigtem Grundvertrauen) konnte stattfinden. Es ist gut, sich für die eigene Situation zu sensibilisieren. Mir ist mittlerweile bewusster, was ich möchte und was mir wichtig ist. Ich habe die Selbsterkenntnis, was mir in meinem Leben fehlt, aber auch, was ich z.B. durch die Therapien bekommen und erlebt habe.

"Letztlich sind die 4 WEGE der Heilung und Förderung Strategien der Entwicklung, welche sinngelitetes Leben strukturieren helfen und deshalb auch geeignet sind, heilende und fördernde Wirkung bei Menschen zu erhalten" (Petzold, Orth, Sieper 2005 S.55)

„Philosophie des WEGES“

Der WEG des Lebens, der – wo immer möglich – mit Zuversicht und Trost durchlitten und durchlebt werden kann und durch „Überwindungserfahrungen“ zur Bereicherung der Lebenserfahrung und des Lebens beitragen kann, muss mit Zuversicht bestritten werden. (Petzold 2006u, Petzold, Orth 2004b)

7.Zusammenfassung/Summary

Zusammenfassung: Die Relevanz der Selbsterfahrung während der Weiterbildung zur Tiergestützten Therapeut*in im Integrativen Verfahren

In dieser Abschlussarbeit geht es um die Relevanz der Selbsterfahrung während der Weiterbildung zur Tiergestützten Therapeut*in im Integrativen Verfahren. Aspekte der Lehrtherapien, der Selbsterfahrungen und die eigenen Leiberfahrungen werden hierbei in den Fokus genommen.

Die Grundlagen der "Vier WEGE der Heilung und Förderung" werden anhand eines persönlichen Erfahrungsberichtes erläutert. Das Pferd als Medium spielt in diesem Prozess der Heilung und Nachsozialisation eine wichtige Rolle.

Schlüsselworte: Integratives Verfahren, Lehrtherapie und Leiberfahrung, Vier WEGE der Heilung und Förderung, Pferd, Heilung und Nachsozialisation

Summary: The relevance of self-awareness during the training to become an Animal Assisted Therapist in the Integrative Method

This thesis deals with the significance of self-experience during the training as an animal-assisted therapist in Integrative Therapy. Several aspects of the training therapies, the self-experiences and the own body experiences are taken into focus. The basics of the "Four WAYS of Healing and Fostering" are explained on the basis of a personal experiential report. The horse as a medium plays an important role in this process of healing and post-socialization

Keywords: Integrative process, training therapy and body experience, Four WAYS of Healing and Fostering, horse, healing and post-socialization.

8. Literaturverzeichnis

Frühmann, R., Petzold, H.G. (1993a): Lehrjahre der Seele, Junfermann, Paderborn.

Groth, B. (2005,2008) "Vom Gertragen werden zum Dialog" - Darstellung einer tiefenpsychologisch-fundierten Psychotherapie unter Einbeziehung von Pferden In: Fachgruppe Arbeit mit dem Pferd in der Psychotherapie (FAPP) und Deutsches Kuratorium für Therapeutisches Reiten e.V. (DKThR) (2005,2008): Psychotherapie mit dem Pferd", Beiträge aus der Praxis. Warendorf: FNverlag 39-51

Höhmman-Kost A., Siegele, F. (2004): Integrative Persönlichkeitstheorie. POLYLOGE 11/2004, <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/11-2004-hoehmann-kost-annette-siegele-frank-2004-integrative-persoenlichkeitstheorie.html>

Klüwer, B. (2005,2008) "Selbsterfahrung auf dem Pferd" In: Fachgruppe Arbeit mit dem Pferd in der Psychotherapie (FAPP) und Deutsches Kuratorium für Therapeutisches Reiten e.V. (DKThR) (2005,2008): Psychotherapie mit dem Pferd", Beiträge aus der Praxis. Warendorf: FNverlag 10-19

Mathias-Wiedemann U., Petzold H.G.,(2019): Impulse für die „Neuen Naturtherapien“ Grüne Texte, <https://www.fpi-publikation.de/gruene-texte/31-2019-mathias-wiedemann-u-petzold-h-g-2019-impulse-fuer-die-neuen-naturtherapien/>

Olbrich, E.; Otterstedt, C. (2003) Menschen brauchen Tiere. Grundlagen und Praxis der tiergestützten Pädagogik und Therapie, Stuttgart: Kosmos

- Petzold, H.G.* (1988n/1996a/2020): Integrative Bewegungs- und Leibtherapie. Ausgewählte Werke Bd. I, 1 und I, 2 Paderborn: Junfermann, 3. revid. und überarbeitete Auflage 1996a. Als e-book: <https://www.fpi-publikation.de/e-books/petzold-h-g-1988n3-integrative-bewegungs-und-leibtherapie-ein-ganzheitlicher-weg-leibbezogener-psychotherapie/>
- Petzold, H.G.* (1993o): Leben als Integrationsprozeß und die Grenzen des Integrierens. In: Petzold, Sieper (1993a) 385-394. https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_orth-petzold-thema-integration-persoenliche-lebensaufgabe-integrationsprozess-grenzen-10-2015.pdf
- Petzold, H.G.* (1996f/2013): Krankheitsursachen im Erwachsenenleben - Perspektiven für Diagnostik, Therapie und Lebenshilfe aus integrativtherapeutischer Sicht. Integrative Therapie 2/3, 288-318 und POLYLOGE 10/2013. <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/02-2013-petzold-h-g-1996f-krankheitsursachen-im-erwachsenenleben-perspektiven-fuer.html>
- Petzold, H.G.* (2006u): Der Mensch „auf dem Wege“ – Altern als „Weg-Erfahrung“ des menschlichen Lebens. Festvortrag 20 Jahre Pro Senectute Österreich, Wien: Thema Pro Senectute 1 (2006) 40-57. <http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/textarchiv-petzold/petzold-2006u-der-mensch-auf-dem-wege-altern-als-weg-erfahrung-des-menschlichen-lebens-festvortrag.pdf>
- Petzold, H. G.* (2012h): Integrative Therapie – Transversalität zwischen Innovation und Vertiefung - Die „Vier WEGE der Heilung und Förderung“ und die „14 Wirkfaktoren“ als Prinzipien gesundheitsbewusster und entwicklungsfördernder Lebensführung (2012h). POLYLOGE 15/2012, <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/15-2012-petzold-h-g-2012h-transversalitaet-innovation-vertiefung-vier-wege.html>
- Petzold, H.G.* (2017r): Geleitwort zu: Klein, C. (2017): Der Integrative Ansatz der Humantherapie Konzept und Praxis einer „Integrativen Tier- und Pferdegestützten Therapie“ Grüne Texte, Ausgabe 09/2017: <http://www.fpipublikation.de/images/stories/downloads/grueneTexte/klein-humantherapie-konzept-praxis-integrative-tier-und-pferdegestuetzte-therapie-gruene-texte-09-2017.pdf>
- Petzold, H. G.* (2019e), Polyloge Ausgabe 10/2019 Natur sein - Natur-Sein – Nature embodied in time and space, in Kontext/Kontinuum. „Ökologische Intensivierungen“ im Integrativen Ansatz der Therapie und Supervision, Polyloge 10/2019, Petzold, H.G.(2019e): Natur sein, Natur-Sein – Nature embodied in time and space, in| FPI-Publikation <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/10-2019-petzold-h-g-2019e-natur-sein-natur-sein-nature-embodied-in-time-and-space-in-2/>
- Petzold, H.G., Leitner, A., Sieper, J., Orth, I.* (2008). Materialien und Konzepte zu Lehrtherapien und Selbsterfahrung in der Psychotherapie – Perspektiven der Integrativen Therapie Bei: www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm POLYLOGE: Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit - 24/2008. <http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-polyloge/download-nr-24-2008-petzold-leitner-sieper-orth.html>

- Petzold, H. G., Orth, I.* (2004b): „Unterwegs zum Selbst“ und zur „Weltbürgergesellschaft“ - „Wegcharakter“ und „Sindimension“ des menschlichen Lebens - Perspektiven Integrativer „Kulturarbeit“ - Hommage an Kant, Europäische Akademie für Psychosoziale Gesundheit, Hückeswagen 2004b, mimeogr. ergänzt in: Petzold, H. G., Orth, I. (2005a): Sinn, Sinnerfahrung, Lebenssinn in Psychologie und Psychotherapie. 2 Bände. Bielefeld: Edition Sirius beim Aisthesis Verlag. S. 689-791. <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/09-2009-orth-i-petzold-h-g-2004b-unterwegs-zum-selbst-und-zur-weltbuergergesellschaft.html>
- Petzold, H. G., Orth, I.* (2017a): Interozeptivität/Eigenleibliches Spüren, Körperbilder/Body Charts – der „Informierte Leib“ öffnet seine Archive: „Komplexe Resonanzen“ aus der Lebensspanne des „body-mind-world-subject“. Hückeswagen: Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit. POLYLOGE 22/2018; <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/22-2018-petzold-h-g-orth-i-2017a-interozeptivitaet-eigenleibliches-spueren-koerperbilder.html>.
- Petzold, H.G., Orth, I., Sieper, J.* (1995a) (Hrsg.): Qualitätssicherung und Didaktik in der therapeutischen Aus- und Weiterbildung. Sonderausgabe Gestalt und Integration. Düsseldorf: FPI-Publikationen, S. 119-179 und Petzold, Orth 1999a, S. 269-334. <http://www.fpi-publikation.de/artikel/textarchiv-h-g-petzold-et-al-/petzold-h-g-orth-i-sieper-j-1999a-psychotherapie-mythen-und-diskurse-der-macht-und-der-freiheit.html>
- Petzold, H. G., Petzold-Heinz, I., Sieper, J.* (1972): Naturverbundenheit schaffen, Natur-Sein erfahren: Grün Erleben, Grüne Übungen, Grün Erzählen – ökologische Lebenspraxis. Projektkonzept. Büttgen: Volkshochschule Büttgen. <http://www.fpi-publikation.de/artikel/gruene-texte/05-2019-petzold-h-g-petzold-heinz-i-sieper-j-1972-naturverbundenheit-schaffen-gruen.html>
- Petzold, H.G., Sieper, J., Orth, I.* (2006): Erkenntnistheoretische, entwicklungspsychologische, neurobiologische und agogische Positionen der „Integrativen Therapie“ als „Entwicklungstherapie“ und „Selbsterfahrung“. In: Petzold, H.G., Schay, P., Scheiblich, W. (2006): Integrative Suchtarbeit. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften. 627-713, und e-version in POLYLOGE 2/2005, <http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-polyloge/download-02-2005-petzold-h-g.html>
- Petzold, H.G., Steffan, A.* (1999a): Selbsterfahrung in der Ausbildung von PsychotherapeutInnen - empirische Perspektiven aus der Sicht der Integrativen Therapie. In: Laireiter, A.-R. (1999), Selbsterfahrung in Psychotherapie und Verhaltenstherapie - Empirische Befunde. Tübingen: dgvt-verlag. <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/14-2017-petzold-h-g-steffan-a-1999a-2017-selbsterfahrung-ausbildung-psychotherapeutinnen.html>
- Petzold H.G., Steffan A.* (1999b): Ausbildung, Selbsterfahrung und Selbstmodelle in der Integrativen Therapie - Hintergründe, Konzepte und Forschungsergebnisse zu einer „transversalen“ Weiterbildungskultur POF * Erschienen in: Gestalt (Schweiz) 37 (Februar 2000), 25-65. POLYLOGE 15/2017; <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/15-2017-petzold-h-g-steffan-a-1999b-2017-ausbildung-selbstmodelle-forschungsergebnisse.html>

Plüss Staubli, S. (2020): Die Bedeutung von sicheren emotionalen Bindungen als Schutzfaktoren in der frühen Kindheit im Kontext der Integrativen Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie. POLYLOGE 9, 2020; <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/09-2020-pluess-staubli-susan-die-bedeutung-von-sicheren-emotionalen-bindungen-als-schutzfaktoren-in-der-fruehen-kindheit-im-kontext-der-integrativen-kinder-und-jugendlichenpsychotherapie/>

Rahm, Otte, Bosse, Ruhe-Hollenbach, (1993) Einführung in die integrative Therapie Grundlagen und Praxis, 2. Auflage Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung

Scheidacker, (2003) "Psychotherapeutisches Reiten in der Psychosomatischen Therapie" In: Olbrich, Erhard; Otterstedt, Carola Menschen brauchen Tiere Grundlagen und Praxis der tiergestützten Pädagogik und Therapie, Stuttgart: Kosmos (2003) 173-183.