

NEUE MÖGLICHKEITEN

Tierische Therapeuten

Pferde und Hunde eignen sich besonders gut für Therapien. Neuster Trend: Pferde werden zum **Persönlichkeitstraining** eingesetzt. Das funktioniert im Einzelcoaching wie auch bei Teambildungsprozessen.

Text DR. SAMUEL STUTZ

Pferde haben die Fähigkeit, über äusserst feine, für uns oft nicht wahrnehmbare Signale zu kommunizieren. «In der Therapie oder neuerdings auch im Coaching nimmt das Pferd als Co-Trainer dank seiner hochentwickelten Sinne als Flucht- und Beutetier kleinste Unsicherheiten, Gefühlsänderungen, Ängste und andere Emotionen beim Menschen wahr – und zwar lange bevor wir uns dessen bewusst sind», sagt die Bernerin Claudia Franziska Meier (im Bild), eine ausgebildete Bewegungstherapeutin, die seit Jahren erfolgreich pferdegestütztes Coaching für Einzelpersonen und Firmen praktiziert.

In der heutigen Zeit werden Menschen im Beruf und in der Familie immer mehr gefordert, gleichzeitig sind Teamfähigkeit, Führungsqualität und Verhandlungsgeschick verlangt. Familie und Beruf müssen unter einen Hut gebracht werden. Meier: «Viele sind überfordert. Konflikte im Berufs- und Alltagsleben werden häufiger. Wir kappen die Verbindung mit uns selbst und unserer Umwelt. Ängste, Depressionen und Schlafstörungen nehmen zu, es folgen körperliche Symptome, und häufig wissen wir nicht, was mit uns nicht stimmt.»

Der Coach mit dem Pferd als Co-Trainer setzt dort an, wo wir unsere Verbindung verloren haben. «Ich stelle Aufgaben, beobachte das Pferd und die Klienten», erklärt Claudia F. Meier. «Ich arbeite gerne mit Gegensätzen – gerade bei der Arbeit mit dem Pferd erkennt man, dass stark sein manchmal auch nachgeben bedeutet. Gezielte Übungen helfen, das eigene Potenzial zu erkennen und innere Stärken aufzubauen und zu fördern. Es ist erwiesen, dass Erfahrungen wichtiger sind als blosses Darüberreden, wenn Verhaltensmuster erkannt



«Pferde geben klares und ehrliches Feedback», sagt Coach Claudia Franziska Meier. Das freut auch ihre Klienten.

und längerfristig geändert werden sollen. Dies ist ein wesentlicher Bestandteil meiner Arbeit.»

Das Pferd als Co-Trainer bietet viele Vorteile. Meier: «Klares, direktes und ehrliches Feedback von Mensch zu Mensch anzunehmen, ist schwierig. Zu sehr stehen unser Stolz und unser Ego im Weg. Und die Angst, verletzt oder enttäuscht zu werden, hindert uns daran, wirklich zuzuhören und Kritik anzunehmen. In den meisten Fällen gehen wir in Gegenangriff oder Abwehr über. Wie viele Menschen können Kritik ohne Vorwurf anbringen? Und was uns letztlich zu schaffen macht, ist die menschliche Sprache: Wie oft wird missverstanden oder falsch interpretiert!» Unsere Sprache kann auch sehr manipulativ sein – weil wir nur auf Worte, aber nicht auf Körpersprache und Gefühle achten. Sind diese unbewussten Gefühle und Muster

mit im Spiel, ist es praktisch unmöglich, unseren Mitmenschen ein Feedback zu geben oder anzunehmen, das der Realität entspricht.

Pferde werten nie. Pferde sind Meister der Körpersprache. Pferde kennen keine Manipulation – nur ehrliches, direktes Feedback, das wir gut annehmen können. Claudia F. Meier zitiert den Teilnehmer eines Führungstrainings: «Nie hätte ich gedacht, dass Pferde im Umgang mit Menschen so sensible Antennen haben, die auch schwächste Signale aufnehmen und präzise interpretieren. Niemand konnte sich verstellen, die Tiere durchschauten uns sofort. Ein Pferd als Lehrmeister, das mich vor einem falschen Selbstbild schützt und mir einen Blick in die eigene Seele gewährt.»

Mehr Informationen unter www.pferdepunkt.com

Fotos Dick Vredenburg (2), IEMT

«Tiere haben keine Berührungsängste»

Wenn konventionelle Therapien nicht helfen, kommen **Tiere als Eisbrecher** zum Einsatz. Experte Dennis C. Turner erklärt, was Hund & Co. am besten können.

Herr Turner, warum werden Tiere in der Therapie eingesetzt? Weil sie keine Vorurteile gegenüber Menschen haben und weil sie ehrlich sind. Denn Tiere können nicht absichtlich täuschen. Zudem kennen sie keine Berührungsängste, wie sie Menschen oft haben. Wenn ein Kind im Rollstuhl sitzt, kommt der Hund und legt einfach seinen Kopf auf dessen Schoss.

Was können Tiere sonst noch besser als Menschen?

Sie kritisieren nicht und bilden sich kein Urteil. So können sie auch besser helfen. Oft bringen konventionelle Therapien nicht den gewünschten Erfolg. Tiere helfen dann als Eisbrecher. Es gibt viele Beispiele, die zeigen, dass sich der Patient zuerst dem Tier und erst danach dem Therapeuten gegenüber öffnet.

Welche Tiere eignen sich am besten?

Die älteste Form von Tiertherapie ist die mit Pferden, also die Hippotherapie. Die zweithäufigste ist die mit Hund, und zwar weil er sehr bereitwillig und sozial ist. Zudem kann man

ihn trainieren und auf bestimmte Situationen vorbereiten. Dann folgen die Katzen. Sie eignen sich vor allem für die Psychotherapie.

Warum?

Weil Katzen von allen Tieren am besten in der Lage sind, negative Stimmungen zu verbessern. Was sie aber nicht können, ist, eine gute Laune noch besser zu machen. Auch Kleintiere können nützlich sein. Da muss man aber aufpassen, weil man sie leicht verletzt. Manchmal hilft es aber schon, Tiere einfach nur zu beobachten.

Dann bringen auch Haustiere schon etwas?

Ja, absolut. Wahrscheinlich hat der Mensch seit je Haustiere. Hunde zum Beispiel schützen und beruhigen uns und nehmen uns so unsere Angst.



Dr. Dennis C. Turner, Tierverhaltensforscher und Präsident IEMT.

Hunde in der Ergotherapie

► **REHABILITATION** Aufmerksam wartet Therapiehund Aischa auf den Befehl von Anna*. Erst wenn das Mädchen seine rechte Hand wieder sinken lässt und seine Zustimmung gibt, darf Aischa sich das Leckerli nehmen. Noch vor Kurzem wäre diese Aufgabe für Anna zu schwer gewesen. Nach einer Hirnverletzung war ihre rechte Körperhälfte gelähmt. Stück für Stück lernt sie jetzt, Arme und Beine wieder zu benutzen. Aischa hilft ihr dabei. «Ein Hund ist ein Therapiemittel, das reagiert. Das ist einzigartig», sagt Ergotherapeutin Britta Mewes vom Rehabilitationszentrum für Kinder und Jugendliche in Affoltern am Albis. Zusammen mit Hundetrainerin Peggy Hug führt sie durch die Therapiestunde. Beide haben ihren

Aufgabenbereich – Britta Mewes ist für den Patienten zuständig, Peggy Hug kümmert sich um die Hunde. Ihr gemeinsames Ziel: das körperliche und mentale Wohlbefinden der Patienten zu erhalten und zu fördern. Der Verein Therapiehunde Schweiz arbeitet ehrenamtlich. «Wenn ich sehe, wie meine Hunde den Menschen helfen, ist das für mich der Lohn», sagt Peggy Hug. Die Hunde werden gezielt ausgewählt und geschult. Sie müssen besonders lieb und geduldig sein. So wie Aischa. Sie lässt sich von Anna das Fell bürsten und trinkt sogar aus einem kleinen Schoppen. Bei manchen Kindern reicht es schon, wenn der Hund nur neben ihnen liegt. Dann beruhigt sich die Atmung des Kindes, und es



Eingespieltes Team Bei der Arbeit lässt sich Therapiehund Aischa auch gerne von Anna* knuddeln.

kann sich entspannen. «Wir haben schon erlebt, dass Kinder, die sich nicht äussern können, mit Hund plötzlich lachen», sagt Britta Mewes. www.therapiehunde.ch, www.kispi.uzh.ch *Name geändert