

Bleibe bei mir, wenn meine Welt zu zerbrechen droht Kinder und Eltern in ihrer Trauer begleiten

Das Pferd in der Trauerarbeit

Margarethe Weiss-Beck

*„Es braucht viel Mut
unsere Trauer zu durchleben,
uns ganz auf sie einzulassen,
durch den Regenbogen
hindurch zu tauchen,
uns berühren zu lassen,
um zu be-greifen ...*

*... erst dann
werden wir wieder frei sein,
um zu leben, um zu lieben,
werden die Sonne hinter dem Regenbogen aufgehen sehen
und verstehen.“*

Zu Beginn stand die Vision

Familien, die ein schwerkrankes oder behindertes Kind haben bzw. Familien, in denen ein Elternteil lebensbedrohlich erkrankt ist, befinden sich fast permanent in einer extrem belastenden Situation. Die ständige Sorge um das Wohlbefinden des Familienmitglieds und natürlich auch die Angst vor dem möglichen Ende, dem Wie und Wann stehen im Vordergrund.

Die Eltern, Partner und auch Kinder werden oft zu perfekten Pflegenden, denen es schwerfällt, das hilfsbedürftige Familienmitglied einer außenstehenden Person für längere Zeit anzuvertrauen, selbst wenn die persönlichen Ressourcen bereits längst erschöpft sind.

Ein Kinobesuch, ein entspannter Tag in einer Therme oder nur ein Spaziergang, gehören in betroffenen Familien oft der Vergangenheit an.

Im Rahmen meiner Arbeit im Schockraum, im Notarztwagen und durch die Trauerarbeit mit Familien wurde mir immer mehr bewusst, in welcher Not sich betroffene Menschen befinden - einerseits durch die Ungewissheit über die Zukunft ihres Kindes, andererseits durch das Abdriften an den Rand der Gesellschaft.

© Weiss-Beck Margarethe

Die ursprüngliche Publikation ist erhältlich unter www.springerlink.com

Berufliche sowie persönliche Erfahrungen im Umgang mit Krankheit, Tod und Trauer in der eigenen Familie, zeigten mir wie wichtig ein natürliches und ehrliches Verhalten unseren Kindern gegenüber ist. Erst wenn wir sie kindgerecht an die Thematik heranführen und sie in ihrer Kreativität sein lassen, können sie im wahrsten Sinn des Wortes be-greifen, dass das Leben den Tod nicht ausschließt, sondern der Tod ein Teil des Lebens ist.

Im Gegensatz zu früher, als das Sterben noch nicht ins Krankenhaus ausgelagert wurde, sondern Angehörige meist zu Hause im Kreise ihrer Familie gepflegt wurden und starben, wird dem Tod heute viel zu wenig Platz eingeräumt. Krankheit, Sterben und Tod werden tabuisiert und in der Folge werden Menschen gemieden, ausgegrenzt und viel zu wenig unterstützt.

So entstand in mir, meinem Mann und einer Kollegin die Idee einen Ort zu schaffen, an dem Menschen aufgefangen werden, zur Ruhe kommen und neue Kraft tanken können, um wiederum gestärkt in den Alltag zu gehen. Es ist wichtig, nicht nur die kleinen Patienten zu fokussieren, die natürlich zum ständigen Mittelpunkt ihrer Familien werden, sondern das gesamte Familiensystem, besonders die Geschwister, in ihren Bedürfnissen und Ängsten wahrzunehmen und aufzufangen. Nicht Krankheit und Einschränkungen sollen im Vordergrund stehen, sondern die Träume und Wünsche der Kinder. Sie gilt es zu entdecken, denn in ihnen liegt eine verborgene Kraft, die Leben bedeutet.

Wir gründeten den gemeinnützigen Verein „Regenbogental“, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, die betroffenen Familien dort abzuholen wo sie stehen, die Freude am Leben erfahrbar zu machen, ihre Ängste ernst zu nehmen und sie in ihrer Trauer zu begleiten. Auf unserem Therapiehof in Baden bei Wien unterstützen wir Betroffene durch Gespräche, Spaziergänge durch die Natur und Körperarbeit. In unserer Arbeit ist das Pferd ein wichtiger „Therapeut“. Schon das bloße „Getragen werden“ kann hilfreich sein. Unsere Arbeit soll Menschen in Ausnahmesituationen unterstützen und ihnen die Möglichkeit bieten zu erkennen, was ihnen helfen könnte einen Umgang mit dem Erlebten zu finden.“

„Getragensein“

Susanne hat vor zwei Jahren ihre 6-jährige Tochter verloren. Diese litt an einem bösartigen Gehirntumor. Ihr gemeinsames Leben war geprägt von zahlreichen Krankenhausaufenthalten, Operationen, schweren Entscheidungen und Ängsten. Doch da gab es auch ganz viel Lebensfreude, Liebe und Hoffnung.

Der Verlust hat einen Schatten über Susannes Leben gelegt. Da sie selbst krank ist und unter ständigen Schmerzen leidet, kann sie keiner geregelten Arbeit nachgehen. Ich selbst erlebe Susanne in der Begleitung als reflektierte Frau, die sehr offen über das Erlebte spricht und auch ihre Zweifel bezüglich mancher medizinischer Interventionen während der Behandlung ihrer Tochter, gut zum Ausdruck bringt.

© Weiss-Beck Margarethe

Die ursprüngliche Publikation ist erhältlich unter www.springerlink.com

Doch es gibt immer wieder Stunden, in denen ich Ratlosigkeit, Zorn oder auch eine tiefe Traurigkeit wahrnehme. In diesen Stunden ist es nicht meine Aufgabe zu trösten oder Ratschläge zu geben. Meine Aufgabe ist es, einfach nur *da zu sein und auszuhalten*. Die wirklich harte Arbeit leistet „Filou“, denn der dunkelbraune Wallach spürt von der ersten Berührung an, wie es Susanne geht. Er spiegelt ihre Anspannung wider, doch er hält aus und trägt sie. Meist ist die Kuscheleinheit mit Filou am Anfang der Therapiestunde ganz wichtig für das „Ankommen bei sich selbst“. Durch das Reiten, das Fühlen von Rhythmus und Wärme, das Getragensein, beginnt sich langsam die Anspannung, die bei Susanne meist mit mehr oder weniger starken Schmerzen einhergeht, zu lösen. Wenn sie schließlich vom Pferd steigt und sich bei ihm liebevoll bedankt, ist ihre Situation immer noch die gleiche und doch strahlt sie nun eine ganz andere Energie aus und kann sich Kraft in ihren Alltag mitnehmen.

Konfrontation mit dem drohenden Tod

Die Krankheit und der bevorstehende Tod eines Kindes überschatten das gesamte Familienleben. Beziehungen, Karriere und Arbeit rücken in den Hintergrund. Zurück bleiben Existenzängste, Überforderung, Einsamkeit und oft auch eine tiefe Traurigkeit.

Der Trauerprozess ist abhängig von vielen Faktoren, wie der Beziehung zum Verstorbenen, dessen Todesumstände, der eigenen Persönlichkeit, den eigenen Erfahrungen und vielem mehr.

Kaum ein Thema bringt uns so an unsere Grenzen, wie die Konfrontation mit unserer eigenen Endlichkeit. Nichts ist so sicher in unserem Leben wie der Tod und doch handelt es sich hierbei um eines der meist tabuisierten Themen unserer Zeit. Unsere Kinder versuchen wir weitgehend zu schützen und halten sie so weit als möglich fern von Krankheit, Tod und Sterben.

Erst wenn uns ein Todesfall unmittelbar betrifft, kommen wir nicht umhin uns mit der Thematik auseinanderzusetzen. Dabei sind es gerade die Kinder, von denen wir so viel lernen können. Manchmal täten wir gut daran uns einfach nur von unseren Kindern leiten zu lassen und unsere Ängste hinten anzustellen. Es ist immer wieder berührend zu sehen, wie natürlich Kinder mit Sterben und Tod umgehen, wenn man sie lässt, wie kreativ sie sind und was für Gedanken sie sich bereits machen.

Unser Kind wird sterben

Es gibt kaum etwas Schlimmeres, als das eigene Kind zu verlieren bzw. es nie oder nur für kurze Zeit in den Armen gehalten zu haben. Leidet ein Kind an einer zum Tode führenden Erkrankung, bleibt der Familie oft nur eine begrenzte Zeit, sich auf das drohende Ereignis einzustellen. Meist kommt es zu massiver Überforderung aller Beteiligten. Besonders Jugendliche mit einer lebensbedrohlichen Erkrankung fühlen sich in ihrem Weg in die Selbstständigkeit nun wieder eingeschränkt und in

Abhängigkeiten gedrängt. Jugendliche wollen das Leben auskosten, manchmal an die Grenzen gehen, wollen Pläne schmieden und sind sehr auf ihr Äußeres bedacht.

Der offene Umgang mit Krankheit und Tod zwischen Ärzten, Eltern und Kind ist eine wichtige Voraussetzung, damit das sterbende Kind den Eltern „SEIN Sterben“ auch zutraut und nicht versucht sie durch Schweigen zu schützen. Auch hier sollten die Ressourcen im Vordergrund stehen und die Möglichkeit gegeben sein, noch gemeinsame Wünsche und Träume zu leben.

Hier braucht es Menschen, welche die überforderten Eltern schützen und ihnen helfen die Dinge zu verstehen, um die richtigen Entscheidungen treffen zu können. Sie sollen in der Begegnung mit ihrem kranken Kind unterstützt und ermutigt werden. Die Eltern müssen mit Empathie aufgefangen und bestärkt werden, ihre Vorstellungen und Wünsche auszudrücken.

„Wenn Worte fehlen“

Jasmin und Tim sind Geschwister, zehn und sechs Jahre alt. Vor fünf Jahren haben sich ihre Eltern scheiden lassen und vor zwei Monaten ist nach jahrelanger Krankheit ihre Mutter gestorben. Bis einen Monat vor ihrem Tod wurde mit den beiden nicht über das bevorstehende Sterben der Mutter gesprochen, was zu einer zusätzlichen Belastung der Kinder beitrug. Nach einem intensiven Gespräch mit der Mutter, war diese letztendlich doch bereit dazu, mit den Kindern in aller Offenheit über ihr Sterben und das „Danach“ zu sprechen. Dies gab den Kindern und der restlichen Familie endlich die Möglichkeit, einen kindgerechten Umgang mit der Situation, in Form von Ritualen, Briefen und Gesprächen zu finden.

Die Kinder leben nun beim Vater und sind eingebettet in einen großen Familienverband. Sie haben allerdings in ihrem Leben immer wieder die Erfahrung gemacht, dass über belastende Dinge eher geschwiegen wird, als sie anzusprechen. Die zehnjährige Jasmin findet leichter Worte um ihrer Trauer, ihrer Wut und ihrer Verständnislosigkeit Ausdruck zu verleihen. Tim hingegen wird immer ruhiger, schläft schlecht, ist unkonzentriert in der Schule und lehnt sich gegen den Vater auf, der, trotz großem Einfühlungsvermögen, ihm gegenüber hilflos erscheint. Auch in der tiergestützten Therapie begegnet Tim den Pferden anfänglich mit großer Distanz. Überhaupt hat man das Gefühl, ihn nicht erreichen zu können, nicht durch Worte, Spiele oder Berührungen. Er macht zwar bei allen Aktivitäten mit, die ich ihm anbiete, doch wirkt er wie abgeschnitten von seiner Umwelt.

So vergehen vier Reittherapieeinheiten, in welchen ich das Gefühl habe, Tim nicht annähernd erreichen zu können. Ich kann auch kaum einen Kontakt Tims zum Pferd erkennen. Doch dann stellt er mir auf einmal die Frage: „Kann man auf ‚Filou‘ auch reiten wie ein Indianer, ohne alles?“ Und dann reitet er „ohne alles“. Tim legt sich auf den bloßen Pferderücken, schließt die Augen, vergräbt sein Gesicht in der Mähne und ich habe das Gefühl, er ist ganz bei sich und dem Pferd. Nach 10 Minuten steigt

© Weiss-Beck Margarethe

Die ursprüngliche Publikation ist erhältlich unter www.springerlink.com

er ab und wir beenden wieder einmal wortkarg, jedoch einen großen Schritt weiter, die Stunde.

Vielleicht sollte ich mich mit diesem Fortschritt zufrieden geben, doch werde ich das Gefühl nicht los, dass Tim eigentlich eine ganze Menge zu erzählen hätte, dies aber nicht mit mir teilen will. Diese Erkenntnis ist in der Begleitung immer etwas ernüchternd, doch auf der anderen Seite auch bereichernd, da man in seiner Kreativität gefordert ist.

Das Eis bricht letztendlich Therapiepuppe „Lisa“ mit ihrem Charme. Gehemmt bin lediglich ich ein wenig, wenn ich in die Rolle von Lisa wechsele. Doch Tim freundet sich beim gemeinsamen Reiten mit Lisa sehr rasch an und erzählt ihr ganz selbstverständlich so manches aus seiner Sichtweise über die Scheidung und den Tod seiner Mutter. Lisa stellt keine direktiven Fragen und sie konfrontiert ihn auch nicht mit Tatsachen. Sie plappert einfach drauflos, wie es Sechsjährige eben so tun. Durch ihre Hilfe habe ich die Möglichkeit, Tim auf seiner Ebene zu begegnen.

Ein Elternteil erkrankt lebensbedrohlich

In den meisten Familien wird der mögliche Tod eines Elternteils nie zum Thema gemacht, selbst wenn Vater oder Mutter schwer erkranken. Die Kinder werden oft ausgegrenzt, getröstet und mit falschen Hoffnungen hingehalten bis es fast oder wirklich zu spät ist. Dabei erlebe ich immer wieder wie entlastend es für Eltern und Kinder ist, über den bevorstehenden Tod sprechen zu können, auch wenn es mit Tränen verbunden ist. So viele Fragen werden noch gestellt, so viele Ideen werden geboren – Kinder können außerordentlich kreativ sein und gemeinsame Träume, seien sie auch noch so klein, können noch verwirklicht werden.

Der plötzliche Tod eines Familienmitglieds

Ein plötzliches Ereignis, sei es ein Unfall, Herzinfarkt, plötzlicher Kindstod oder Suizid trifft die Betroffenen meist wie ein Blitz aus heiterem Himmel, zieht ihnen regelrecht den Boden unter den Füßen weg. Doch selbst das vorhersehbare Sterben eines Elternteils oder eines Kindes kann die übrigen Familienmitglieder scheinbar unerwartet treffen.

Auch hier sollte wieder oberstes Gebot sein, allen Beteiligten die Zeit zu geben, die sie brauchen um zu be-greifen, um sich zu verabschieden und um noch einmal zu erspüren was sie für sich gerne möchten. Auch hier sind Kinder meist sehr kreativ und dankbar dafür, noch etwas für die Mama oder den Opa tun zu können. Es könnte ein Brief geschrieben oder etwas gebastelt werden, um es dem Verstorbenen bei der Beerdigung mitgeben zu können.

Ich selbst komme aus einer Familie in welcher immer offen mit dieser Thematik umgegangen wurde, da mein Vater Arzt war und des Öfteren aus seinen Diensten berichtete. Wir sind fünf Geschwister, ich bin die Älteste und mein jüngster Bruder wurde adoptiert. Wenn meine Eltern alleine verreisten, wurde mit mir, aber auch mit

© Weiss-Beck Margarethe

Die ursprüngliche Publikation ist erhältlich unter www.springerlink.com

meinen Großeltern, immer bis ins kleinste Detail besprochen, wie ich im Falle des Ablebens beider Eltern vorgehen müsste damit mein Bruder, damals noch Pflegekind, meine anderen drei Geschwister und ich zusammen bleiben könnten und versorgt wären. Ich war damals 16 Jahre alt und mir dieser Verantwortung als Älteste sehr wohl bewusst.

Auch mein Mann und ich halten es so, dass wir offen mit unseren Kindern darüber sprechen, wie sich das Leben gestalten würde, würde einer von uns beiden sterben. Es geht nicht darum sich und die Kinder ständig mit dem möglichen Tod zu konfrontieren, sondern kleine Zeichen und Rituale spielerisch zu besprechen, welche zum Beispiel im Falle eines tödlichen Unfalls eines Elternteils für die Kinder (über)lebensnotwendig werden würden und dann eine wichtige Voraussetzung wären, um das traumatische Ereignis in ihr Leben integrieren zu können.

Geschwister- ein Leben zwischen „Schattendasein und extrem fordernd“

Auf einmal ist alles ganz anders. Der kleine Bruder braucht mehr Zuwendung, mehr Pflege und mehr Aufmerksamkeit. Schon wieder hat der Papa *ihm* ein Stofftier beim Gute-Nacht –Sagen zugesteckt. Und gestern hat Mama wieder geweint, das war auch sicher wieder wegen *ihm*.

Irgendetwas Schlimmes muss passiert sein mit Max, doch wenn Sophie nachfragt, bekommt sie keine brauchbare Antwort. Manchmal ist sie richtig zornig auf ihren Bruder, obwohl sie das eigentlich nicht sein dürfte, denn er sieht in letzter Zeit so schwach aus und lacht auch kaum mehr. Beim Abendgebet bittet sie den lieben Gott um Verzeihung. Sophie bemüht sich auch den Eltern Arbeit, wie zum Beispiel Geschirr wegräumen oder Blumen gießen abzunehmen, doch diese nehmen sie kaum noch wahr. Es bleibt ihr nur noch ihre Puppe, der sie ihren Kummer erzählen kann.

Geschwister werden in ihrer Trauer häufig übersehen. Dabei sollten wir uns bewusst machen, dass sie eigentlich nicht nur den Bruder oder die Schwester verlieren, sondern auch ihre Eltern, so wie diese einmal waren. Ein schwer krankes Kind wird zum ständigen Mittelpunkt in der Familie. Je weniger über die belastende Situation gesprochen wird, desto mehr verstrickt sich die Familie in ein Netz aus Überversorgung des kranken Kindes, Vernachlässigung der anderen Geschwister, Nichtwahrnehmen der eigenen Bedürfnisse und Vernachlässigung der elterlichen Beziehung und Überforderung.

Dies kann bei den Geschwistern Rückzug, Wut, Eifersucht, Existenzängste, die Angst selbst zu erkranken, die Liebe der Eltern zu verlieren oder Schuldgefühle bewirken.

Es ist wichtig, von Beginn an ganz offen mit allen Familienmitgliedern über die Krankheit und den drohenden Tod zu sprechen. Auch ist es für Kinder gut zu sehen, dass ihre Eltern traurig sind und weinen. Sie müssen die Möglichkeit haben mit ihnen

darüber zu sprechen. Die Geschwister müssen die Gewissheit haben, dass ihre Fragen ehrlich beantwortet werden und sie alle für sie relevanten Informationen erhalten. Sie müssen die Sicherheit haben, ihren festen Platz in der Familie zu behalten. Es ist nicht ihre Aufgabe, die Position des Verstorbenen zu ersetzen.

Manche Kinder glauben, sie müssen ebenfalls erkranken um sich die Aufmerksamkeit und Liebe der Eltern zu sichern. Wichtig wäre, neben allen Veränderungen im Zusammenhang mit der Erkrankung, einen geregelten Tagesablauf und gewohnte Rituale aufrecht zu erhalten und auch Freiräume zu schaffen, in denen unbeschwert gelacht und gespielt werden kann.

„Schau bitte auf das was ich gut kann!“

Laura ist dreieinhalb Jahre alt und erlitt pränatal, d.h. bereits im Mutterleib, einen Schlaganfall. Darunter wird eine Mangeldurchblutung des Gehirns mit Folgeschäden verstanden, welche sich bei Laura in Form einer Schwäche der rechten Körperhälfte äußert.

Die körperliche Beeinträchtigung war für sie immer „normal“. Normal sind auch die zahlreichen Therapien und jährlichen Rehabilitationsaufenthalte geworden, welche zu ihrem Alltag zählen. Diese sind notwendig um Laura maximal zu fördern. Schade ist nur, dass sie sowohl bei der Ergo- als auch bei der Physiotherapie weitgehend auf ihr Defizit reduziert wird, das es zu verbessern gilt. Dadurch wird ihr unweigerlich das Gefühl vermittelt, dass sie so wie sie ist, nicht gut genug ist, sondern eben verbesserungswürdig.

Jeden Freitag darf sie im Rahmen der tiergestützten Therapie eine Stunde lang alles für das Pferd Cherie, eine zarte Pintostute, tun und natürlich auch reiten. Da wird eifrig Futter hergerichtet und die selbst mitgebrachten Karotten und Äpfel geschnitten, das Pferd gestriegelt, Hufe ausgekratzt, Materialien für das gemeinsame Spiel ausgesucht und ausgiebig geschmust. Spielerisch wird die „schwache Hand“ mit einbezogen und wie selbstverständlich hat auch diese ihre Aufgabenbereiche. Im Vordergrund stehen all die Dinge die Laura gerne gemeinsam mit Cherie macht.

Ressourcen erkennen und fördern nach dem Prinzip der Salutogenese

Während unserer Tätigkeit, Familien in Trauersituationen zu begleiten, wurde uns immer mehr bewusst, wie wichtig es ist, das Prinzip der Salutogenese in den Mittelpunkt unserer Arbeit zu stellen. Aaron Antonovsky, der Begründer der Salutogenese, was so viel bedeutet wie Gesundheitsentstehung/ Gesunderhaltung, geht davon aus, dass für den Menschen zur Erhaltung der Gesundheit auch in schweren Lebenssituationen, drei Faktoren von ganz wesentlicher Bedeutung sind. Die Umstände müssen für den Betroffenen *verstehbar*, sprich nachvollziehbar sein, sie müssen handhabbar, sprich *zu bewältigen* sein und sie müssen in weiterer Folge *einen Sinn ergeben*, das könnte z.B. bedeuten, das Geschehene als Herausforderung zu sehen. Diese drei Komponenten bilden das sogenannte

© Weiss-Beck Margarethe

Die ursprüngliche Publikation ist erhältlich unter www.springerlink.com

Kohärenzgefühl, welches gestärkt werden muss. Es ist wichtiger zu fragen: „Was macht bzw. was hält den Betroffenen gesund?“, anstatt: „Was macht ihn krank?“ In weiterer Folge sehen wir es als unsere Aufgabe, gemeinsam mit dem Betroffenen herauszufinden, wo seine Ressourcen liegen. Unter Ressourcen werden bestimmte Stärken oder Kraftquellen verstanden, welche der betreuten Person zur Verfügung stehen und gestärkt werden müssen. Dies können sein: finanzielle Absicherung, ein sozial tragfähiges Netz oder familiäre Unterstützung, aber auch ein gutes Selbstwertgefühl, das zum Beispiel durch tiergestützte Therapie gestärkt werden kann.

Trauerbegleitung in der Familie bedeutet für uns auch die ganzheitliche und systemische Betreuung der Eltern und ihrer Kinder. Einen Menschen ganzheitlich sehen heißt, ihn in seiner Gesamtheit zu erfassen, in all seinen Dimensionen, physischer, psychischer, geistiger, seelischer und spiritueller Natur. Nur so ist es möglich persönliche Ressourcen zu erkennen. „Es erkrankt nie nur ein Familienmitglied. Es erkrankt immer das gesamte System.“ Jedes kranke Kind ist eingebettet in ein Netz aus Menschen, die ihm mehr oder weniger nahe stehen und seine veränderte Lebenssituation hat nun Auswirkungen auf seine Beziehungen zu all diesen Menschen. Um das Kind mit seinen Bedürfnissen ganzheitlich zu erfassen ist es notwendig, es immer im Kontext seiner Familie zu sehen und sowohl die Eltern, als auch die Geschwister, manchmal auch andere wichtige Bezugspersonen mit einzubeziehen.

Das Tier als Therapeut

Der Einsatz von Tieren in der Begleitung ist deshalb so bereichernd, weil das Tier nichts von der Krankheit weiß und auch nicht wertet. Es ist geduldig und erzieht zu Geduld. Der Kontakt zum Tier löst Verhärtungen und Verspannungen und öffnet damit den Weg zu psychischer Sensibilität. Es bietet die Möglichkeit Körperkontakt und Zärtlichkeit zu erleben. Es spricht und versteht ohne Worte und agiert als Vermittler zwischen Betroffenenem und Begleiter.

Mit mehr als nur einer Tierart zu arbeiten, bereichert die therapeutische/pädagogische Arbeit sehr. Die Kinder bzw. die Eltern werden durch die verschiedenen Tierarten in unterschiedliche Situationen gebracht. Neben dem Pferd eignen sich für die Therapie auch Esel, Lamas, Ziegen, Hunde oder Kaninchen. Die Tiere werden ganzheitlich, nicht nur in ihrer Funktion erlebt. Kinder und Erwachsene dürfen und sollen sich an der Pflege, dem Ausmisten, der Futtergabe und der Materialversorgung beteiligen. Dies führt sehr rasch zu Erfolgserlebnissen und motiviert zur Selbstständigkeit.

Darüber hinaus kommunizieren Tiere auf ganz unterschiedliche Weisen. So ist der Betroffene gefordert in Interaktion zu treten. Fundiertes Fachwissen über die jeweilige Tierart und zur Therapie ausgebildete Tiere sind Grundvoraussetzung. So können die Tierarten gezielt, entsprechend der Persönlichkeit des Klienten,

© Weiss-Beck Margarethe

Die ursprüngliche Publikation ist erhältlich unter www.springerlink.com

eingesetzt werden. Tiergestützte Einheiten müssen gut geplant und vorbereitet sein. Die Pädagogin stellt die Materialien zur Verfügung und hat eine beobachtende Funktion.

Das Pferd in der Begleitung

Michaela Jeitler und Martina Tisch-Keckstein haben mit der „Integrativen Voltigier- und Reitpädagogik®“ ein Konzept geschaffen, welches ermöglicht, Menschen durch den Umgang mit dem Pferd, durch Tiergestützte Pädagogik und erlebnispädagogische Angebote, in ihrer persönlichen Entwicklung zu begleiten und zu unterstützen. Ein wesentliches Ziel ist es, Menschen nicht auf ihre Defizite zu reduzieren, sondern ihre Ressourcen zu erkennen und zu nützen.

Das Pferd eröffnet Kommunikationsmöglichkeiten und hilft bei der Kontaktaufnahme, außerdem regt es die Phantasie und Erlebnisfähigkeit an. Das Unvermögen mit den eigenen Emotionen umzugehen führt oftmals zur Sprachlosigkeit. Diese wiederum schürt Aggressionen und das Gefühl der Hilflosigkeit.

Tiergestützte Pädagogik möchte einen sensibleren Umgang sowohl mit den eigenen als auch mit den Bedürfnissen anderer erreichen. Kinder haben meist ganz klare Vorstellungen von dem was sie möchten: Den Stall ausmisten, einen Spaziergang durch den Wald machen, einfach nur herumlaufen, das Pferd putzen oder Futter vorbereiten. Das heißt nicht, dass wir alle Wünsche erfüllen müssen, jedoch eine hohe Sensibilität dafür entwickeln, was gebraucht wird.

Wichtig ist es sich bedingungslos auf die Person einzustellen und zu versuchen, sie dort abzuholen wo sie steht, keinen Druck auszuüben und sie nicht zu konfrontieren. Sie sollte jedoch immer wieder behutsam zu der Thematik hingeführt und die Möglichkeit zum Gespräch sollte angeboten werden. Oft hilft hier schon die rhythmische Bewegung auf dem Pferderücken. Körperarbeit und auch leichte Massagen werden bei Schmerzen gerne angenommen und manchmal ist ein Spaziergang zu Fuß oder geführt auf dem Pferd eine willkommene Gelegenheit um abzuschalten, die Natur zu genießen und das Leben zu spüren.

Körperarbeit

Körperarbeit am Pferd hat eine sensorisch-integrative Funktion und hat zum Ziel mit allen Sinnen wahrzunehmen, sich ganzheitlich zu erfahren. Sensorische Integration ist die Koordination, das Zusammenspiel unterschiedlicher Sinnesqualitäten und -systeme. Durch sanfte Berührungen wird am Körper des am Pferd Sitzenden gearbeitet. Dieser hat die Möglichkeit sich ganz fallen zu lassen, in sich hinein zu fühlen, das Pferd unter sich, in seinen rhythmischen Bewegungen zu spüren und seine Umgebung wahrzunehmen. Körperarbeit ist harte Arbeit für das Pferd, da es die Energie des Reiters aufnimmt.

Es kann auch die Stimme des Begleiters oder Musik zum Einsatz kommen und das Erlebnis noch vertiefen, abhängig davon, was bewirkt werden soll bzw. welche Bedürfnisse vorliegen.

Gerade im Trauerprozess fühlen sich Menschen manchmal völlig abgeschnitten von sich selbst, nehmen sich wahr wie durch einen Nebel. Hier kann das Getragenwerden und sich vertrauensvoll dem Rhythmus hinzugeben, viele Spannungen lösen und helfen, sich wieder ein Stück mehr zu spüren.

Freiarbeit

Freiarbeit bietet die Möglichkeit, Selbstständigkeit und Vertrauen zu den Tieren zu fördern. Ein begrenzter, abgesicherter Bereich, wie z.B. die Reithalle, wird mit Therapiematerialien gestaltet und nun können sich Kinder und Erwachsene frei und auf sich gestellt bewegen und mit den Pferden in Kontakt treten. Wir fungieren nur als Beobachter und sorgen für die nötige Sicherheit.

Pferde spiegeln das Verhalten von Menschen und geben so Aufschluss über den Gemütszustand des Betroffenen. So sind die Reaktionen des Tieres ein wesentlicher Bestandteil des Beobachtens. Zunächst erklärt die Pädagogin wie die Körpersprache des Pferdes zu lesen ist. Pferde haben eine ganz klare Körpersprache. Der Erwachsene bzw. das Kind muss lernen, seinerseits ebenfalls körpersprachliche Signale exakt einzusetzen. Nur so kann das Tier diese lesen und die gewünschte Reaktion darauf zeigen. Es ist spannend zu beobachten, welche positiven Auswirkungen diese Arbeit auf das Selbstbewusstsein der Kinder und Erwachsenen hat und mit welcher Freude sie bei der Sache sind. Das Pferd fungiert als ihr Spiegelbild und reagiert auf feinste Zeichen ihrerseits. Sind diese Signale nur halbherzig gesetzt, bleibt eine Antwort seitens des Pferdes aus. Die Betroffenen lernen immer mehr ihren Fokus beizubehalten und ihre Energie und Körpersprache konsequent einzusetzen.

Die Arbeit mit Therapiepuppen

Die Arbeit mit Therapiepuppen wähle ich gerne als ergänzende Therapieform für Kinder, die nicht selbst ausdrücken können, was ihnen fehlt. Manche Kinder sind durch ein Trauma, wie den Tod eines nahen Verwandten, nicht in der Lage sich mitzuteilen, da jegliche Form von Gespräch als konfrontierend empfunden wird. Auch bei Kindern, welche einfach nur sehr introvertiert und scheu sind oder das Sprechen konsequent verweigern, ist der Einsatz von Therapiepuppen oft sehr hilfreich. Es gibt mehrere Möglichkeiten, die Puppen zum Einsatz zu bringen. Der Therapeut bespielt die Puppe und hat so die Möglichkeit, dem Kind über die Puppe auf der kindlichen Ebene zu begegnen und spielerisch das Interesse zu wecken und ein Gespräch zu beginnen. Oder das Kind bespielt die Puppe und erhält die Möglichkeit, seine Gefühle und Gedanken auf eine andere Person bzw. Figur zu projizieren. Stellvertretend drückt die Puppe vielleicht aus, was das Kind beschäftigt oder bedrückt. Eine weitere Möglichkeit ist, dass sich der Therapeut und das Kind über zwei Puppen begegnen. Beide, Therapeut und Kind haben so die Möglichkeit in eine

© Weiss-Beck Margarethe

Die ursprüngliche Publikation ist erhältlich unter www.springerlink.com

Rolle zu schlüpfen, und vielleicht in Form einer Geschichte oder während eines Spaziergangs ins Gespräch zu kommen.

Die Therapiepuppen können in der Trauerbegleitung und im Umgang mit verschiedenen Tieren eingesetzt werden. Die erste Begegnung mit der Puppe war für unsere Pferde sehr aufregend und daher ist es ratsam dies zunächst außerhalb einer Therapieeinheit zu üben.

Die Puppe kann zunächst mit dem Pferd in Kontakt treten. Sie kann mitspielen und Unsinn machen, womit die Stunde aufgelockert wird. Die Therapiepuppe kann vor dem Kind sitzen und von diesem gehalten werden oder hinter dem Kind sitzen, wobei über die Puppe Körperkontakt hergestellt werden kann. Die Puppe kann auch tollpatschig sein und somit die Geschicklichkeit des Kindes in den Vordergrund rücken, was wiederum das Selbstbewusstsein und den Selbstwert stärkt. Die Einsatzmöglichkeiten von Therapiepuppen sind sehr vielfältig.

Fazit

Mein Lehrer, Peter Fässler-Weibel, hat immer gesagt: „Der Umgang mit Sterbenden oder mit Angehörigen von Sterbenden erfordert nicht nur Mut, Fingerspitzengefühl und Einfühlungsvermögen, sondern vor allem gesunden Menschenverstand und die Auseinandersetzung mit dem eigenen Sterben.“

Er schrieb in seinem Buch „Nahe sein in schwerer Zeit“ [Topos plus, Freiburg-Schweiz, Erstausgabe, 2001]: „Sterbende sollen dann begleitet werden, wenn keine Angehörigen für sie da sind und sie sonst einsam und verlassen sterben müssten. Dort aber, wo Angehörige bereit sind, ihren Sterbenden beizustehen und sie zu begleiten, dort müssen wir lernen, sie zu stützen und zu betreuen, damit sie diesen für ihre spätere Trauer wichtigen Weg der Auseinandersetzung mit den Sterbenden bestehen können.“

Die Sorge darum, wie lange das gemeinsame Leben noch dauern wird, können wir der Familie nicht abnehmen. Doch einmal den Fokus auf die schönen, lustvollen Dinge zu lenken, die noch gemeinsam erlebt werden können und die Ressourcen zu entdecken, welche oft tief vergraben, in jedem Einzelnen schlummern, das möchten wir uns zur Aufgabe machen.

Ausblick

Im Therapiehof Regenbogental planen wir zukünftig, Familien in einem gemütlichen Wohnbereich, mit einem gezielten Therapieangebot und durch Entlastungspflege, einige Zeit aus ihrem Alltag herauszuführen und ganzheitlich zu unterstützen.

Familienorientierte Entlastungspflege hat zum Ziel, das kranke Kind oder den kranken Elternteil einen gewissen Zeitraum pflegerisch und medizinisch optimal zu versorgen, um die anderen Familienmitglieder freizuspielen.

Wir möchten den Familien die Möglichkeit geben, sich während ihres Aufenthaltes auf unserem Hof Auszeiten zu nehmen, um auch als „gesunde Familie“, als Paar oder einfach für sich allein, ein Stück „Normalität“ leben zu können und Kraft für die kommende Zeit zu tanken. Auch das kranke Kind oder der kranke Elternteil haben so die Möglichkeit Zeit für sich alleine in Anspruch zu nehmen, einmal nicht „zur Last zu fallen“ und diese Auszeit zu genießen.