

Systemische Familientherapie am Pferd

Imke Urmoneit

Zusammenfassung

Seit ca. 10 Jahren arbeite ich in unterschiedlichen Kontexten mit geistig und/oder körperbehinderten, verhaltensauffälligen, entwicklungsverzögerten oder psychisch erkrankten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen im heilpädagogischen Voltigieren und Reiten. Vor zwei Jahren habe ich mich mit einer „Praxis für therapeutisches Reiten und systemische Beratung“ selbstständig gemacht und verbinde dort das therapeutische Reiten mit der systemischen Beratung. Über diese Arbeit habe ich auch meine Abschlussarbeit zur systemischen Familientherapeutin geschrieben. Hier möchte ich einen kleinen Einblick in einige Aspekte meiner Arbeit und im Besonderen in den wertvollen Beitrag des Pferdes geben.

Während meines Anerkennungsjahres als Diplom-Sozialpädagogin im „Zentrum für therapeutisches Reiten e.V.“ in Köln hat mich ein Erlebnis dazu gebracht, die ausschließliche Arbeit mit den „schwierigen“ Kindern, ohne die Eltern mit einzubeziehen, als nicht mehr ausreichend zu erachten und ich begann meine Ausbildung zur systemischen Familientherapeutin. Dieses für mich so prägende Erlebnis möchte ich hier kurz schildern, da hier auch die Wirkung des Pferdes deutlich wird.

Eines Tages kam eine Erzieherin, die eine Gruppe Kinder aus der Tagesklinik der Kinder- und Jugendpsychiatrie zum Voltigieren begleitet hat, mit der Bitte, ob der Vater von Thomas¹ mit zur Stunde kommen dürfe. Der Vater würde die Auflage der Klinik, ein Mal in der Woche etwas mit seinem Sohn zu machen, nicht erfüllen. Er wolle nichts mehr mit Thomas zu tun haben. Da sie Thomas nicht gerne entlassen wollten, sei die Idee entstanden, dass der Vater mit zum Pferd fahren könnte. Ich hatte nichts dagegen, auch wenn mir nicht so ganz einleuchten wollte, was dabei die gemeinsame Unternehmung sein könnte. Der Vater auf der Bank, der Sohn auf dem Pferd. Thomas Vater saß entweder teilnahmslos auf der Bank oder aber er empfing seinen Sohn nach der Übung mit Worten wie: „Siehst du, du hast es wieder nicht geschafft. Du schaffst nie etwas.“ Auch nach gelungenen Übungen erntete der Sohn nur Spott und Verachtung. Mein Ärger stieg und mein Wunsch, den kleinen Kerl vor seinem Vater zu schützen, nahm stetig zu. Am Ende der Stunde dürfen sich die Kinder eine Übung wünschen. Claudia wünschte sich, mit der Erzieherin eine Runde zu reiten. Thomas sah mich mit großen Augen an – ich wusste nicht, was er von mir wollte. „Ich will mit Papa reiten!“ verkündete er. Sein Vater auf der Bank wurde plötzlich ganz klein, alle schauten ihn an. Meine Frage, ob er mit auf das Pferd möchte, verneinte er sogleich, er wäre doch viel

1) Name wurde geändert

zu schwer für das Pferd. Samson, unser Therapiepferd, war ein stattlicher brauner Wallach, der wohl auch drei Papas tragen konnte. Das Argument, ich würde ihn nicht auf das Pferd heben können, war auch schnell verbraucht, da wir als Therapieeinrichtung über Aufstiegsrampen verfügten. „Ich glaube, dein Papa hat Angst, Thomas.“ „Ja, aber ich will trotzdem.“ Alle Augen blickten auf den Vater, der sich langsam dem Pferd näherte. Als er auf Samsons Rücken angekommen war, war seine Anspannung deutlich spürbar. Er holte kaum Luft und ich hatte das Gefühl, dass da jetzt eher ein kleiner Junge sitzt. Ich setzte Thomas hinter seinen Vater und langsam durfte Samson losgehen. Er tat dies ganz vorsichtig, ein bisschen wie auf rohen Eiern. „Der Papa ist mit mir auf dem Pferd!“, sagte Thomas immer wieder staunend. Der Vater entspannte sich zunehmend. Das Pferd gab den gemeinsamen Rhythmus vor, ein Gegeneinander der Bewegungen war mit dem Risiko des Fallens verbunden. Thomas durfte sich an seinem Vater festhalten, er fand Halt und der Vater gab Halt. Beide lobten Samson und auf ihren Gesichtern erschien ein Lächeln. Das Bild wurde immer harmonischer und aus der einen Runde wurden viele Runden. Die anderen Kinder hatten wohl ihre Auffälligkeiten vergessen. Sie störten diesen Augenblick nicht, wie sie es sonst so oft zu tun wussten.

In der nächsten Stunde brachte der Vater seinem Sohn etwas zum Trinken mit. Er lobte seine Leistung und feuerte ihn bei neuen Übungen an. Thomas setzte sich in seinen Pausen zu seinem Vater auf die Bank. Die Erzieherinnen berichteten nach ein paar Wochen, dass die Zusammenarbeit mit dem Vater noch immer manchmal schwierig sei, aber es gäbe jetzt einen festen Willen, einen gemeinsamen Weg zu finden, und somit wieder Hoffnung.

Was war geschehen? Thomas hatte seinen Vater schon oft aufgefordert, mit ihm in Kontakt zu gehen. Therapeuten hatten sich in zahlreichen Gesprächen um einen Anfang bemüht. Erst auf dem Pferd konnte der Vater scheinbar mit seinem Sohn gemeinsam eine neue Erfahrung machen, die die Tür zu einer gemeinsamen hoffnungsvollen Zukunft geöffnet hat. Eigentlich hat Samson die beiden aber nur getragen, ihnen einen gemeinsamen Rhythmus gegeben. Vielleicht hat er ihnen aber auch einen Rahmen gegeben, in dem sie vor neuen Verletzungen geschützt waren und somit Nähe wagen konnten.

„Das Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde“ lautet ein altes Sprichwort. Pferde sind in der Lage, den Menschen innerlich zu berühren. Sie haben ein Gespür für das innere Alter eines Menschen und seine Befindlichkeit, ohne dass dies verbal ausgedrückt werden muss. Gut ausgebildete Therapiepferde lernen, ihren Wahrnehmungen zu trauen und sie nach außen hin deutlich zu machen. Diese Pferde reden mit uns in Form der Körpersprache, der Bewegung, der Gestik und vor allem des Beziehungsangebots. Sie erzählen uns Geschichten über unsere innere Welt und berühren uns, ohne uns zu verletzen.

Nähert sich der Mensch dem Pferd, wird es sich neugierig zuwenden. Pferde gehen sofort in Kontakt und fordern somit Beziehung ein. Gerade Kinder erwidern dieses Angebot in der

Regel gerne und auch, wenn sie sich zunächst ängstlich hinter den Eltern verstecken, sind die Augen auf das große Tier gerichtet. Die Motivation zur Kontaktaufnahme durch das Pferd ist für Kinder und Erwachsene groß. Im Setting des Gesprächs ist es oft schwierig, Kinder zur Mitarbeit zu motivieren. Mit dem Pferd haben die Menschen in der Regel keine negativen Erfahrungen gemacht, anders als in Beziehungen zu anderen Menschen.

Einer der Grundsätze der systemischen Therapie besagt, dass es notwendig ist, in der Therapie einen Unterschied zu erzeugen, der für die am Problem beteiligten Personen einen Unterschied macht. Ein Pferd und die gemeinsame Kontaktaufnahme macht einen Unterschied, der einen Unterschied macht. Es geht um das aktive Handeln, die Zusammenarbeit und das Erreichen einer für das Pferd verständlichen Kommunikation. Die in der Vergangenheit aufgestauten Beziehungsschwierigkeiten und die als problematisch geschilderten Verhaltensweisen treten in den Hintergrund. Am Pferd geht es nur um den Augenblick, um das Erfahren einer sofortigen Konsequenz und um eine klare und eindeutige Kommunikation zwischen allen Anwesenden.

Die systemische Therapie achtet das Leiden unter dem Problem und die bisher gewagten Lösungsversuche, aber sie ist nicht bereit, nur auf den alten Wegen nach einer Lösung zu suchen.

Eine Familie kam zu mir in die Beratung, weil sie mit ihrem Sohn große Schwierigkeiten hatten. Er zeigte zahlreiche „Verhaltensauffälligkeiten“ und sie waren schon lange auf der Suche nach Hilfe. Er habe keine Freunde im Kindergarten, nehme Kontakt nur über Schlagen auf und würde bei jeder Anforderung aus dem Kontakt gehen. Auf meine Frage, wann sie mit den ersten Veränderungen rechneten, wenn wir miteinander arbeiten würden, antworteten die Eltern: „Wenn wir in einem Jahr die ersten kleinen Veränderungen erreichen, sind wir glücklich.“ Die beiden beschrieben, dass es ein großer Fortschritt sei, wenn ihr Sohn überhaupt mit mir reden würde. Ich beschloss, mit der Familie ein Mal in der Woche ans Pferd zu gehen, und sagte gleich dazu, dass mein Pferd ungefähr vier Wochen bräuchte, um die Familie kennen zu lernen. In dieser Zeit würden wohl keine Veränderungen zu erwarten sein. Weitere Beratungsgespräche fanden in dieser ersten Phase nicht statt. Der kleine Kerl war sehr interessiert, sprach sofort mit mir, wollte alles über mein Pferd wissen und saß schon in der ersten Stunde auf Grisu Rücken. Im Kindergarten trat aggressives Verhalten nach sechs Wochen nur noch sehr selten auf und er hatte eine für ihn folgenreiche Idee. Er wollte ein Kind aus dem Kindergarten mit zum Reiten mitnehmen. Ich hatte nichts dagegen und mit der Zeit stieg die Zahl der Besucherkinder auf fünf an. Mit diesen Kindern spielte er dann auch im Kindergarten relativ problemlos. Neben dem Bild des schweigsamen, aggressiven und sich verweigernden Kindes entstand ein neues Bild. Ein neugieriges, kontaktfreudiges, sich ausprobierendes und oftmals über die Grenzen gehendes – immer noch „schwieriges“ Kind, aber mit einer neuen Hoffnung. Seine Form der Kontaktaufnahme hatte sich geändert, die lief jetzt über das Pferd, ungewöhnlich, aber

kreativ und wirkungsvoll. Diese Spur konnten wir dann im Gesprächssetting aufnehmen und dort nach „neuen“ Lösungen suchen und über die Geschwindigkeit der Veränderung reden.

Pferde akzeptieren uns, wie wir sind, sie wollen uns nicht verändern und haben kein therapeutisches Ziel. Geht der Mensch angemessen mit dem Pferd um, wird es den Kontakt suchen, wird es unangemessen behandelt, geht es aus dem Kontakt. Pferde tragen den Menschen ein Fehlverhalten nicht nach, es sei denn, sie werden dauerhaft misshandelt. Es gibt kaum „nicht bezahlte“ Rechnungen. Pferde machen ein direktes Beziehungsangebot, das sich an der Situation des Augenblicks orientiert. Sie sind in ihrem Verhalten klar und eindeutig, auch oder gerade weil ihnen nur die nonverbale Kommunikation möglich ist. Im Gesprächssetting ist die Gefahr immer wieder groß, als Therapeutin selbst am meisten an Veränderung interessiert zu sein. Mein Pferd lebt im Hier und Jetzt, denkt nicht an Veränderung und nimmt immer die momentane Beziehungssituation als Grundlage für sein Verhalten. Wie hilfreich wäre mir diese Gabe oft in der Gesprächssituation. Die Familie kann sich im Handeln miteinander auseinander setzen und bekommt eine direkte und klare Rückmeldung durch das Pferd. Handlungsmuster in der Familie werden sichtbar, wer hilft wem, wer geht wem aus dem Weg.

Eine allein erziehende Mutter kam mit ihrem fünfjährigen Sohn zu mir. Ralf² sei im Kindergarten sehr aggressiv und mache ständig gefährliche Sachen. So sei er z.B. mit dem Auto der Mutter losgefahren und zum Glück nur im Gartenzaun gelandet. Die Mutter hatte früher selber geritten. Ralf war sehr lebhaft und wollte an und auf dem Pferd vieles ausprobieren. In der ersten Stunde sollte ich auf dem Pferd sitzen und er wollte Grisu führen. Die Mutter kam sofort hinzu und wollte ihm helfen. Beide hielten die Zügel fest. Bei jedem Schritt wurde die Mutter ängstlicher, gab dem Sohn immer mehr Anweisungen, obwohl Ralf sehr genaue Vorstellungen hatte, wie man ein Pferd führt. Die Mutter verkürzte den Zügel immer mehr, Grisu hielt an und schaute beide ruhig an, sie hatte keine Bewegungsfreiheit mehr. Die Mutter schaute mich fragend an, Ralf ging in die andere Ecke der Reithalle. Die Reaktion des Pferdes wurde nicht als wertend aufgenommen, so dass die Mutter sich nicht verteidigen musste. Wir konnten noch einmal von vorne beginnen und die Mutter erhielt den Auftrag, mir während des Führens auf einer Skala von 0 bis 10 ihren Grad der Angst um ihren Sohn mitzuteilen. Vorher hatten wir festgelegt, bei welchem Grad wir unterbrechen, damit sie nicht wieder Gefahr läuft, in einer Sackgasse zu landen, in der das Pferd sich nicht mehr bewegen kann. Diese Erfahrung hat uns sehr geholfen, die Interaktion und den „Teufelskreis“ zwischen Mutter und Sohn zu besprechen.

Reden Menschen miteinander, so läuft die Informationsaufnahme des Gegenübers nur zu ca. 15% über den Inhalt der Worte. Die nonverbale Kommunikation ist uns näher als wir

2) Name geändert

glauben. Gerade Menschen, die im Säuglings- oder Kleinkindalter schwere traumatische Erfahrungen gemacht haben, haben als Erwachsene keine Sprache für das damals Erlebte. Sie konnten zu der Zeit nicht sprechen und können sich somit auch nicht durch Sprache an die Gefühle und Erlebnisse von früher erinnern. Aber der Körper erinnert sich, er hat all die Erfahrungen gespeichert und kann sie in Form der nonverbalen Kommunikation mitteilen. Für die Aufarbeitung solcher frühkindlicher Erlebnisse ist das Pferd mit dem Angebot der nonverbalen Kommunikation und der Möglichkeit, aktiv mit dem Körper zu arbeiten, ein gutes und hilfreiches Gegenüber.

Während meiner Mitarbeit bei Herrn A. Kröger in Münster haben wir in einer heilpädagogischen Voltigiergruppe mit einem kleinen Jungen gearbeitet, der in den ersten zwei Lebensjahren in ständiger Lebensgefahr in der Klinik gelegen hatte. Seine Eltern hatten diesen Zustand nicht ausgehalten und ihn an Pflegeeltern abgegeben. Auf dem Pferd gab es immer wieder Situationen wo sich sein Gesicht versteinerte und er sagte, dass sein Herz stehen bleibt. Das Therapiepferd blieb sofort stehen. Er wollte trotz seiner Angst gerne Galopp reiten. Das Pferd, das ansonsten gerne und willig galoppierte, ließ sich von unseren Galoppfilfen nicht beeindrucken und ging langsam im Schritt weiter. Da ist ein anderes Lebewesen, das meine Gefühle spürt, ohne dass ich etwas sagen oder erklären muss. Es nimmt meine Gefühle ernst, oft sogar ernster als ich es selber tue. Ich muss mich nicht rechtfertigen und meine Ängste, die Trauer, meine Freude oder auch meine Wut müssen nicht verschwinden. Pferde spiegeln uns unsere Gefühle, ohne uns dafür zu bewerten. Das bedeutet auch, dass Pferde uns unsere Gefühle nicht abnehmen, sie tragen sie nicht für uns und sind nicht bereit uns zu retten. Sie bieten uns Nähe an, ohne sich in uns zu verlieren.

Pferde tragen den Menschen willig auf ihrem Rücken, lassen die Berührung mit ihrem warmen, weichen Fell zu. Oft staunen die zu mir kommenden Menschen, wie das gerade noch so brave Pferd, sich nach der Stunde im Sand wälzt und danach bockend über den Platz rennt, all seine Kraft und Lebendigkeit zeigt. Die Schrittbewegung des Pferdes ist mit der Gangbewegung des Menschen fast identisch. Somit wird der Reiter passiv bewegt, er wird getragen und kann aktiv spüren, wie die Bewegung durch den Körper geht. Das Pferd gibt dem Reiter den Rhythmus vor und spätestens nach ein paar Runden gibt der Reiter es auf, einen eigenen Gegenrhythmus zum Pferd zu bewirken. Vor außen wird sichtbar, dass Reiter und Pferd sich harmonisch miteinander bewegen. Gerade verhaltensauffällige Kinder, die sich täglich darin üben, einen anderen Rhythmus zu haben, als von ihnen gewünscht wird, erleben erstmals wieder, wie schön das Miteinander sein kann. Sitzen Eltern mit ihren Kindern gemeinsam auf dem Pferd, finden auch sie durch die Vorgabe des Pferdes einen gemeinsamen Rhythmus, es ergibt sich Nähe und gemeinsames Handeln. Die Kinder können sich bei den Eltern anlehnen und sich bei den ersten Stehversuchen auf dem Pferd an den Schultern der Eltern festhalten. So sagte mir ein sechsjähriger Junge, der oft mit

seiner Mutter gemeinsam auf das Pferd wollte, auf meine Frage, warum er so gerne mit der Mama reitet: „Hier schimpft die Mama nicht und sie passt auf mich auf.“

Ja, und dann gibt es da noch etwas, das sich nur schwer in Worte fassen lässt. Oft staune ich über mein Pferd. Sie spürt die Energien zwischen Menschen und ganz tief im Inneren versteckte Gefühle, die ich nicht spüren kann, von denen ich nicht einmal etwas ahne. Grisu ist, wenn ich sie reite, immer ein wenig frech und gibt mir deutlich zu verstehen, dass sie nicht alles macht, was ich will. Grisu begegnete mir schon immer auf diese Weise. Plötzlich aber war dieses Pferd beim Reiten brav, machte mit mir keinen falschen Schritt und von ihrem Bewegungsdrang war nichts übrig geblieben. Ich machte mir Sorgen und wollte schon den Tierarzt anrufen. Da eröffnete mir der Arzt, dass mein Sohn unterwegs sei. Während der Schwangerschaft war sie eine Lebensversicherung, wenn ich sie geritten habe. Als das Kind auf der Welt war, nahm sie ihre alten Verhaltensweisen sofort wieder auf.

Mein Ziel ist es, den Menschen, die zu mir kommen, wieder Hoffnung zu geben, dass sie eine Lösung finden können und dass sie alles dafür Notwenige schon in sich tragen. Ihnen Mut zu machen, Veränderung zu wagen und sich in den Beziehungen zu ihren Partnern, Kindern und Eltern wirklich auseinander zu setzen. Häufig haben die Klienten wenig Achtung vor sich selbst, vor ihrem Leben und oft auch vor ihren Lebenspartnern und Kindern. Diese Achtung wieder zu finden, ist mir wichtig. Dabei hilft mir das Pferd durch seine Akzeptanz, Geduld, Zugewandtheit und Nähe. Außerdem macht es mir immer wieder das oft anstrengende Geschenk, mein eigenes Handeln reflektieren zu können. Mein Pferd weiß nichts von all den systemischen Theorien und Methoden. Ich weiß nur wenig über seine innere Welt und wie es auf die Menschen, die zu mir kommen wirkt. Und dennoch habe ich das Gefühl, dass wir uns blind verstehen, alles ineinander übergeht und jeder die Arbeit des anderen achtet. Nicht zuletzt sagen die KlientInnen, dass es ihnen hilft, neue Wege zu finden, auch wenn sie nicht wissen, wie das passiert ist. Das Pferd öffnet die in „schwierigen“ Beziehungen oft verschlossene Tür und begleitet mich und die KlientInnen ohne Streben nach Veränderung auf dem Weg der Veränderung. Es achtet uns Menschen, schafft Vertrauen in die eigene Person und andere und weckt die Freude an der Lebendigkeit, drei wichtige Grundlagen, um den Schatz in sich zu entdecken.

In der Kürze konnten nur einige Grundlagen der Arbeit dargestellt werden. Die Pferde würden wohl gar keine Worte verlieren, sondern zur eigenen Erfahrung einladen.

Anfügen möchte ich einen Ausschnitt aus meiner Abschlussarbeit zur systemischen Familientherapeutin. Herausgegriffen habe ich dabei nur den Teil der Arbeit am Pferd, da die Darstellung des gesamten Beratungsverlaufs diesen Rahmen sprengen würde.

Familie Schiller³ kam in die Beratung, da sie mit einem ihrer drei Söhne erhebliche Schwierigkeiten hatte. Gerade die Beziehung zwischen Frau Schiller und Ralf sei sehr belastet und laut Schilderungen der Mutter gäbe es keine positiven Kontakte mehr. Wenn sie ihren Sohn sähe, gingen bei ihr alle roten Lichter an. Auf meine Frage, woran sie eine Veränderung merken würden, antwortete Frau Schiller, eine Veränderung würde sie daran bemerken, dass Ralf nicht mehr da wäre. Die Eltern dachten darüber nach, Ralf bei Eintritt in die Schule in ein Internat zu geben. Neben der sehr intensiven Arbeit im Gesprächssetting, wo die Herkunftsfamilie und ihre Geschichte eine große Rolle spielte, habe ich mit der Mutter und Ralf am Pferd gearbeitet. Nach einiger Zeit der Arbeit mit dem Pferd erzählt mir Frau Schiller, dass sie sich überhaupt nicht mehr vorstellen kann, dass sie ihren Sohn jemals weggeben wollte.

Ausschnitt aus der Arbeit

Zusammenfassung der Einzelförderungen am Pferd

Ralf kommt jeden Donnerstag um 11.00 Uhr mit seiner Mutter für 30 – 45 Minuten zu Grisu und mir in den Stall. An diesem Tag muss Ralf nicht in den Kindergarten und hat somit die Mutter ganz für sich alleine.

Frau Schiller hat mich einmal Folgendes gefragt: Sie würde spüren, dass sich im Kontakt zwischen ihr und Ralf etwas wesentlich verändere und dass es mit Grisu zu tun habe. Aber was genau es sei, könne sie nicht sagen, ob ich es ihr erklären könne. Ich musste ihr eine genaue Antwort schuldig bleiben. Was da genau passiert, bleibt wohl Grisu Geheimnis. Daher kann ich hier nur den Prozess beschreiben, der mir zugänglich ist.

Ralf freut sich jedes Mal auf das Pferd und das Reiten. Er hilft mir beim Putzen und ist die gesamte Zeit mit viel Aufmerksamkeit bei der Sache. Zunächst reitet Ralf alleine, während ich Grisu führe. Er probiert vieles aus (Knien, Hinstellen, Rückwärtsreiten). Ich habe den Eindruck, dass Ralf mit seinen fünf Jahren viele Fähigkeiten hat, die andere Kinder in seinem Alter nicht haben. Er hat eine sehr genaue Wahrnehmung und ein gutes Gespür für die Befindlichkeiten anderer. Ralf merkt sofort, wenn Grisu auf sein Verhalten reagiert, und mein Pferd sucht ständig seine Nähe. Manchmal habe ich das Gefühl, dass die beiden sich schon sehr lange kennen. Außerdem verfügt er über ein hohes Maß an logischem Denken. Mein Eindruck ist auch, dass Ralf weiß, dass er sehr viele gute Fähigkeiten mitbekommen hat und sie auch nutzen kann. Aber ein wirklich selbstbewusstes Kind habe ich nicht vor mir. Oft wirkt er verloren und einsam auf mich. So wie ein Einzelkämpfer, der keinen Ort zum Ausruhen hat und für den die Regeln der anderen keine Gültigkeit haben. Manchmal schaut er mich an und ich denke, da steckt ein nachdenklicher und zweifelnder Erwachsener in einem kleinen Kind.

3) Namen wurden geändert

Ich mag ihn und ich habe das Gefühl, dass er mich gut leiden kann. Trotzdem stellt er alles, was ich ihm als Regeln oder Anweisungen gebe, in Frage und hält sich nicht daran. Ralf wird nicht aggressiv, er geht aus dem Kontakt und macht sein eigenes Ding. Das endet dann damit, dass Grisu ihn zum Einhalten der Regeln zwingt – sie steht plötzlich auf seinem Fuß. Noch entscheidender ist wohl, dass Ralf in dem Moment nicht aus dem Kontakt gehen kann. Er guckt mich mit großen Augen an und ab dem Zeitpunkt ist klar, dass die Regeln hier auch für ihn Gültigkeit haben. Sitzt er auf dem Pferd, kann er nicht einfach so davon, wenn es zwischen uns schwierig wird. So ist die erste Zeit dadurch geprägt, dass Ralf lernen muss, mit mir in Kontakt zu bleiben, auch wenn es für ihn unangenehm wird. Ralf nimmt diese Herausforderung an, er ringt mit mir um die Regeln, aber schaut mich dabei immer häufiger an. Zum Pferd hält er den Kontakt, egal wie schwer sie es ihm macht. Er fordert den Kontakt und die Beziehung von Grisu ein. Ich darf mit auf das Pferd steigen und wir reiten gemeinsam Schritt, Trab und Galopp. Er lehnt sich zum Ausruhen an mich an. Ralf genießt diese Nähe sichtlich und ich habe das Gefühl, dass er immer sicherer wird in dem Gefühl, dass ihm hier nichts passieren wird.

Frau Schiller steht zu Anfang sehr unter Druck. Sie fühlt sich zuständig, dafür zu sorgen, dass Ralf sich ordentlich benimmt. Häufig versucht sie ihren Sohn in schwierigen Situationen zu retten, ohne dass Ralf ihre Hilfe einfordert. Ich habe den Eindruck, dass sie bemüht ist einen Schutzmantel um ihn zu legen, damit er andere nicht stört. Erst als sie merkt, dass Ralf hier am Pferd zwar eigenwillig ist, aber nicht den Rahmen sprengt, kann sie loslassen und uns in Ruhe zuschauen. Sie empfindet diesen Termin als große Erleichterung, da sie hier mal aus der Verantwortung heraus kann.

Nach dem Termin im Kindergarten will Ralf jedes Mal mit seiner Mutter gemeinsam reiten. Die beiden sitzen die gesamte Zeit im Schritt auf dem Pferd und genießen es, getragen zu werden. Ralf legt sich auf Grisu Hals und nach einiger Zeit tauschen die beiden die Plätze, weil Ralf findet, dass auch seine Mutter sich ausruhen darf. Wir besprechen in den ersten Stunden den ein oder anderen Konflikt, aber das läuft eher nebenbei. Hier ein kleines Beispiel:

Beide sitzen gemeinsam auf dem Pferd und Frau Schiller berichtet, dass sie gerne mit Ralf einen Schwimmkurs machen möchte. Sie befürchtet aber, dass Ralf wieder einmal die gesamte Gruppe sprengt und es für sie wahnsinnig anstrengend wird, ihn unter Kontrolle zu halten und die Wogen zu glätten. Darauf hat sie keine Lust. Ich frage Ralf, ob er glaubt, dass er es schaffen kann, die Regeln beim Schwimmkurs einzuhalten. Er sagt, er müsse darüber drei Runden lang nachdenken und wir dürften in der Zeit nicht reden. Frau Schiller und ich gucken uns etwas verwundert an und Ralf grinst. Ich frage ihn: „Was glaubst du, wem wird das Schweigen am schwersten fallen?“ „Na, euch beiden,“ antwortet er mir und wir müssen alle lachen. Er hat recht und genießt die drei Schweigerunden liegend auf dem Hals von Grisu. Grisu ist eindeutig auf Ralfs Seite. Sie wird immer langsamer und Ralfs Mutter und

mir werden die Runden sehr lang. Nach den drei Runden macht er keine Anstalten aufzuwachen und Frau Schiller rüttelt ihn sanft, sie möchte endlich wieder reden. Ralf schaut uns an und sagt, dass er das nicht versprechen kann und im Moment lieber keinen Schwimmkurs machen will. Dann legt er sich wieder hin. Frau Schiller sieht enttäuscht aus. Ich bin erstaunt darüber, dass Ralf so viel Verantwortung dafür übernimmt, ob er es sich zutrauen kann, den Kurs ohne Ärger zu absolvieren, und nicht einfach nur sagt: „Ja, ich will den Kurs machen.“ Frau Schillers Blick verändert sich und sie und ihr Sohn sind damit einverstanden, dass Ralf uns sagt, wenn er glaubt, dass er einen Versuch starten kann. Einige Wochen später handeln die beiden mit meiner Hilfe aus, dass Ralf einen Schwimmkurs macht. Ralf darf an drei von zehn Terminen Ärger machen. Beim vierten Ärger wird der Kurs sofort beendet.

Nachdem beide bestätigen, dass es jetzt gut läuft und es eigentlich im Moment keine Schwierigkeiten gibt, beschließen wir, dass beide eine Zeit der Pause und der Belohnung für die Anstrengungen der vergangenen Zeit verdient haben. Sie dürfen einfach nur zum Reiten kommen und ich frage nicht mehr danach, ob es ein Problem gibt. Mir ist es wichtig, Ralf sehr deutlich zu sagen, dass er gerade in Bezug auf seine Veränderungen im Kindergarten ganz viel geleistet hat und ich davor sehr viel Achtung habe. Er genießt das Lob sichtlich. Wir reden auch darüber, dass es manchmal so ist, dass man noch einen Ausflug in altes Verhalten machen muss und es sicherlich noch mal hin und wieder zu heftigem Ärger kommen kann. Aber falls das so ist, lassen wir uns davon nicht die Pause verderben, wir wissen ja, dass es nur ein ganz normaler Ausflug ist. Ralf probiert so einen „Ausflug“ in alten Ärger dann auch im Kindergarten aus. Scheinbar kann er dem aber nicht mehr viel abgewinnen und er berichtet darüber nur, dass es jetzt wieder gut sei.

Die Stunden laufen dann fast immer gleich ab, auf den ersten Blick passiert nicht viel. Ein Zuschauer würde vielleicht sagen, da sitzt ein Kind mit seiner Mutter auf dem Pferd und eine Frau führt das Pferd. Ralf legt sich hin oder beide legen sich gemeinsam auf das Pferd. Manchmal stellt er sich hinter seine Mutter und hält sich an ihr fest. Für den genauen Beobachter aber verändert sich etwas. Das Strahlen der beiden nimmt zu, sie suchen jede Stunde mehr die Nähe zueinander und die Anspannung verschwindet völlig. Ralf schaut seiner Mutter in die Augen und sie erwidert seinen Blick. Sie rettet ihn nicht mehr, sondern wartet auf seine Bitte um Hilfe. Grisu trägt die beiden willig auf ihrem Rücken. Sie verlangsamt ihr Tempo, wenn die beiden sich hinlegen, und wird schneller, wenn die beiden miteinander lachen. Sie fühlt sich sichtlich wohl mit Mutter und Sohn. Ich gehe nur nebenher, halte mich zurück, was mir nicht so leicht fällt, und genieße es, dass sich von Stunde zu Stunde mehr Nähe entwickelt und die Liebe zwischen Mutter und Sohn förmlich in der Luft liegt. Auf dem Pferd war kein roter Alarmknopf mehr zu spüren, der angeht, wenn Frau Schiller ihren Sohn sieht. „Irgendetwas ist auf Grisu anders, ich weiß nur nicht was. Ich habe das Gefühl, hier muss ich nicht aufpassen,“ sagt Frau Schiller einmal zu mir. Für mich

ist das ein ganz zentraler Punkt des Prozesses. Einen Rahmen zu finden, in dem sich Mutter und Sohn wieder ohne Worte nah sein können und keinem von beiden etwas passieren kann. Auf dem Pferd spielt die Vergangenheit nicht mehr so eine entscheidende Rolle. Das Pferd lenkt den Blick auf die Gegenwart und lädt zu neuen Erfahrungen ein. Ralf, der „Symptomträger“ darf genießen und ihm steht ein vorurteilsfreier Raum für neue Entwicklungsschritte zur Verfügung. Seine Mutter kann ihn dabei ohne den Druck und Ärger des Alltags begleiten. Für Ralf stellt die Zeit am Pferd keine „Therapie“ dar. Für ihn steht das Pferd und das Reiten im Mittelpunkt und er freut sich jedes Mal auf Grisù.

Diese Ebene der Nähe und der nonverbalen Beziehungsgestaltung ist für mich der entscheidende Prozess am Pferd. Wie würde Grisù es wohl sagen: Die beiden sind sich so nah und da ist soviel Freude aneinander, sie wissen es nur noch nicht.

Imke Urmoneit
Freiburger Straße 100/1
79576 Weil-Haltingen
imke.urmoneit@t-online.de