



Auf die einfühlsame Kommunikation mit dem Pferd kommt es an.

Fotos: Katrin Junker

Wie Pferde heilen können

Erster Workshop „Horse Sense & Healing“ für PTBS-Betroffene in Deutschland mit „Pferdeflüsterer“ Monty Roberts

Trüber konnte der Tag nicht sein. Ende Oktober 2018 auf einem Pferdehof in Bayern: Langsam trudelten wir alle ein, zum ersten Workshop „Horse Sense & Healing“ (frei übersetzt etwa: Sensibilisierung und Heilung durch Pferdetherapie) mit „Pferdeflüsterer“ Monty Roberts in Deutschland. Wir Teilnehmer leiden an PTBS, posttraumatischer Belastungsstörung. Wir haben ein oder mehrere Trauma(ta) erlebt und kämpfen aktuell mit dessen Folgen. Panikattacken, Flashbacks, Alpträume oder Schlafstörungen machen uns zu schaffen, ständige Anspannung und Atemnot. Wir haben Therapien hinter uns, Klinikaufenthalte, Medikamente. Manches hat durchaus geholfen, aber geheilt fühlt sich keiner von uns. Nun wissen wir alle nicht so recht, was uns erwartet. Was immer uns dieser „Pferdeflüsterer“ erzählen will, wir haben den Mut, es auszuprobieren.

Monty Roberts ist eine charismatische Persönlichkeit. Während er anfängt zu erzählen, breitet sich im Reiterstübchen Wärme aus. An 1954 erinnert er sich zurück, als er als junger Mann in der

Telefonseelsorge arbeitete und die Veteranen des Koreakriegs anriefen. Manchen hat der Kontakt zu Pferden geholfen, auch später dann den Veteranen aus Vietnam. Von PTBS sprach damals noch keiner. Erst in unserer Zeit wird diese Erkrankung beim Namen genannt.

Neben all den Pferdetrainings, Shows und Problempferden liegt Monty Roberts seit jeher die Arbeit mit Menschen am Herzen. So kam er 2010 auf die Idee, ein Experiment zu wagen. Er wollte 30 Ex-Soldaten, die an PTBS leiden, für 30 Tage auf seiner Farm in Kalifornien haben und die Veränderungen dokumentieren, für 30 Tage, und gemeinsam mit dem Military Channel der BBC dokumentieren. Es kamen nur drei Soldaten für drei Tage. Dennoch mit positivem Ergebnis: Die Teilnehmer fanden zurück ins Leben, Symptome ließen nach, der Alltag erschien lebenswerter. Seither finden diese Workshops regelmäßig mehrmals pro Jahr auf Montys Farm in Kalifornien statt. Auch in England gibt es Termine. Und nun auch in Deutschland.

Gespräche prägen den Workshop, mit den begleitenden Therapeuten und untereinander. Dazu kommt die Arbeit mit den Pferden – Monty Roberts' sogenanntes Join-Up. Jeder Teilnehmer erhielt zunächst eine ausführliche theoretische Erklärung und ein Praxistraining, bei dem ein anderer Teilnehmer das Pferd spielte. Und wir probierten dann unter fachlicher Anleitung eines Instructors dieses Join-Up selbst aus. Es ist das Herzstück des Workshops: eine gezielte Kommunikation mit dem Pferd, bei der wir Teilnehmer klare Signale sen-

den und auf ebenso klare Gesten des Pferdes als Rückmeldung warten. Wir erhielten sie promptly. Eine extrem wirksame Selbsterfahrung in vielerlei Hinsicht. Es ging um Vertrauen, Respekt und Sicherheit, um klare Kommunikation, Selbstregulation und ums Durchhalten. Auf eine nicht erklärbare Weise schienen die Pferde den heilen Menschen in uns hinter der traumatischen Verletzung zu sehen und diesen sichtbar zu machen.

Ich selbst war derart von meinem ersten Join-Up im „Round-Pen“ berührt, dass ich auf den zweiten eigentlich verzichten wollte. Ich wollte einfach das positiv Erlebte nicht mehr loslassen, durch nichts mehr eintrüben oder gar zerstören lassen. Es war für mich so, als hätte ich am Ende meines ersten Join-ups eine „völlig neue Brille“ auf meinen Augen, mit der ich nicht nach außen, sondern auf völlig unbekannte Weise nach innen



Gruppenfoto mit Monty Roberts (mit Schirmmütze), Instruktoren, Therapeuten, Begleitpersonen und den Teilnehmern

schaun konnte. Das tat so unbeschreiblich gut! Und dies wollte ich nicht mehr loslassen. Doch dann – nach einfühlsamen Gesprächen mit einer Therapeutin und einer Instruktorin von Monty – wagte ich es noch einmal, und das dann Erlebte war noch intensiver und positiver als beim ersten Mal. Ich hätte in diesem Moment die ganze Welt umarmen können. Die positive Bedeutung und Tiefe der Emotionen bei den beiden erlebten Join-Ups möchte ich fast gleichsetzen mit meinem unbeschreiblichen Glücksgefühl, als ich meine beiden Kinder nach der Geburt erstmals auf meinem Arm halten durfte. Dieser Vergleich mag jetzt vielleicht befremden oder verwundern, doch ich habe das genauso empfunden.

Was sollen drei Tage schon bewirken, fragte sich mancher von uns zu Beginn. Ein besonderer Beweis sind die lächelnden Gesichter auf dem Gruppenfoto zum Abschluss. „Die Zukunft sieht hell aus. Zum ersten Mal seit Langem“, schrieb ein Teilnehmer ins Feedback-Formular. Dieses Gefühl, wenn das Pferd stark, warm und zugleich verletzlich an deiner Schulter steht, diesen Moment nimmt man mit in den Alltag, als Anker, als Ressource, als Kraft, die durch dunklere Zeiten hilft.

Ich bin einfach nur unsagbar dankbar für all das, was ich auf dem Workshop mit Monty Roberts und seinem Team erleben durfte, und ich möchte auf diesem Wege andere Betroffene und deren Angehörige zu solch einer Teilnahme ermutigen. Ihr werdet es ganz sicher nicht bereuen!

Ergänzende Anmerkungen und Informationen

- Der nächste Workshop „Horse Sense & Healing“ in Deutschland findet in der zwölften KW 2019 statt.

Quellen und weitere Informationen:

- <https://www.doris-semmelmann.de/horse-sense-and-healing/>
- <https://www.doris-semmelmann.de/premiere-horse-sense-healing-germany-2195/>
- <https://www.doris-semmelmann.de/trauma-pferde-wie-alles-begann-2226/>