



SABINA HIRTZ

ZERTIFIZIERUNG RAIDHO TRAINER



Praxis für Psychotherapie nach dem Heilpraktiker Gesetz

Raidho Trainerin

Dipl. ICHP analytische Hypnosetherapeutin, zertifizierte
Körperpsychotherapeutin, Autorin, Moderatorin, Coach, Trainer, Musikerin

Praxis mindwind Sabina Hirtz

Querkamp 20
21521 Wohlorf, Deutschland

Telefon: 04104 - 96 266 76
Mobil: 0171 - 89 60 90 9

E-Mail: info@mind-wind.de
Email: sabina.hirtz@raidho-hamburg.com

Website: www.mind-wind.de
Website: www.raidho-hamburg.com

RAIDHO - „AUS DEN AUGEN EINES PFERDES“

2017/2018 Raidho Profiausbildung
Profiausbildung für eine Heilpraktikerin für Psychotherapie, Dipl., ICHP
analytische Hypnose- und Körperpsychotherapie Therapeutin, Schamanin

„Aus den Augen eines Pferdes“

Es sind liebevolle Menschen die sich bei Alexandra Rieger für diese wundervolle und intensive Ausbildung bedanken und diesmal möchte ein Pferd alle seine Erfahrungen mitteilen.

Ich bin Captain „Capitano“ Charming, ein Appaloosa und ich wurde am 28.05.2005 in Rom geboren. Von 2012 bis September 2017 habe ich am Gardasee ganz in der Nähe von Alexandra gelebt. Dort bin ich Western Trails für Touristen durch die Berge gelaufen. Ich habe mir irgendwann den Fuß verletzt, weil ich in einem Zaun hängen geblieben bin und musste die schönen Sommermonate in einer kleinen dunklen Box verbringen, ganz alleine. Meine Lebensfreude war total am Ende. Ich bekam nur 2x am Tag Heu und abends etwas Kraftfutter und ich wurde sehr dünn. Mein Rücken war sehr eingefallen von den schweren Westernsatteln. In meinen jungen Jahren musste ich an Ritterspielen teilnehmen und schwere Kutschen ziehen. Meine Ausbilder waren nicht gerade zimperlich mit mir und zeigten mir immer wieder, wie sie meine Seele entmachten wollten. Doch dann geschah das Wunder, dass ich meinen Träumen voller Dankbarkeit und Vergebung für diese Menschen immer wieder an das Universum schickte.

Am späten Nachmittag, den 23. August 2017 wurde ich aus meiner kleinen dunklen Box geholt und ich durfte die Weinberge und Olivenbäume wiedersehen und die Sonne leuchtete mir in die Augen. Ich wusste nicht was passieren würde und dann sah ich aus meinen angstvollen Augen SIE - eine Frau, fast 54 Jahre alt, blond in Begleitung von Alexandra und anderen liebevoll aussehenden Menschen. Es war Liebe auf den ersten Blick und ich spürte etwas Wundervolles beginnt gerade zu geschehen. Ich hörte die Menschen sprechen und ich erfuhr, dass meine Liebe Sabina heißt. Sie stellte sich an meine Seite und berührte meine Chakren und es fühlte sich so tief und verbunden an. Dann wurde ich zurück in meine Box geführt und ich wurde wieder traurig. Doch Sabina kam jeden Tag zu mir mich besuchen. Ich fühlte, dass Sabina keine typische Pferdefrau war, sie war sogar in manchen Dingen sehr ungeschickt, z.B. wenn sie versuchte mir mein Halfter aufzulegen, doch sie hatte eine liebevolle Begleiterin Marie dabei, die ihr dabei half, mich auszuführen. Sabina hatte lustige Sachen dabei, Rasseln und eine Mesa mit der sie mich berührte, doch sie zeigte mir alles ganz vorsichtig vorher, so dass ich mich sehr sicher fühlte.

Dann kam der 28. August. Der Morgen war schon ganz anders, denn ich wurde von meiner kleinen Box in eine größere Box geführt und Sabina kam zusammen mit einer Tierärztin. Ich hörte Worte wie Ankaufsuntersuchung, Eisen entfernen. Ich zeigte mich von meiner besten Seite, die aus meiner letzten tiefen Kraft aus meiner Seele holte. Sabina war aufgeregt und fragte immer wieder nach meinem Pass, weil sie mein Geburtsdatum unbedingt ganz genau wissen wollte. Dann spürte ich ihr ganz besonderes Glück, denn sie sagte „ich wusste das sein Geburtsdatum ein besonderes ist, am 28.05. hat auch Timmy mein Hund Geburtstag und die 28 schien noch eine andere tiefe Bedeutung für sie zu haben.

Dann überschlugen sich die Ereignisse. Mir wurde klar, meine große Liebe Sabina wollte mich vom Gardasee mitnehmen in den Norden von Deutschland, in die Nähe von Hamburg. Doch ab dem 29. August kam Sabina nicht mehr zu mir. Ich wurde noch trauriger, bis ich merkte, es passierte etwas. Meine Hufeisen wurden entfernt und am 09. September wurde ich ganz früh morgens aus meiner Box geführt und ein großes weißes Auto stand auf dem Hof. Vor Schreck habe ich mich losgerissen und bin ich erstmal in die Berge gelaufen. Ich wollte nicht weg, denn ich wollte doch nur noch zu Sabina. Dann sagte mir ein sehr liebevoller Mensch, dass wir uns nun auf die aufregende Reise nach Hamburg zu Sabina machen. Ich stieg dann total erleichtert in dieses Große weiße Auto. Es war ganz viel Platz darin, frisches Heu und Wasser, und ganz viele Ballen von meinem Lieblingsheu wurden mit eingeladen. Das Licht war hellblau und wir waren 25 Stunden auf der Reise. Wir haben einen langen Stopp in der Nähe der Stadt Halle, auf einem Autohof gemacht, so dass mein Fahrer Peter und ich gemütlich zusammen in dem großen Auto schlafen konnten. Ich war so aufgeregt doch bin ganz ruhig und brav geblieben. Dann am Sonntag, den 10. September um 10 Uhr morgens wurde mein Traum Wirklichkeit. Das Auto stoppte und Peter der Fahrer öffnete das Fenster und ich sah Sabina. Wir waren in Wohltorf vor ihrem Haus. Vor Glück wäre ich am liebsten aus dem Auto gesprungen doch die Fahrt ging noch ein paar Kilometer weiter zu einem wundervollen Offenstall. Als ich ausstieg musste ich mich erstmal kräftig im Sand wälzen und sah aus meinem Augenwinkeln vier andere Pferde die mich neugierig beobachteten.

In dem Moment, wo ich diese Worte schreibe, ist das alles genau 3 Monate her (November 2017). In diesen Monaten habe ich die Welt mit neuen Augen kennenlernen dürfen. Sabina hatte keine Erfahrung mit Pferden, sie hatte nie wie die anderen Mädchen in Kindertagen bereits mit Pferden gearbeitet. Keine Ahnung von Bodenarbeit oder Reiten. Doch ich spürte ihre Faszination für mich. Sie macht einfach alles ganz instinktiv, so wie sie es von Alexandra im Raidho in wenigen Tagen im Kurs erfahren durfte. Ich spüre die Begeisterung und Liebe von Sabina für mich, die sie von Alexandra Rieger im Raidho Training erlernt hat. Alexandra hat es Sabina mit einer so großen Herzlichkeit und inneren Stärke vermittelt, dass Sabina ohne irgendwelche Vorkenntnisse den Mut hatte, mich nach Hamburg zu bringen.

Alexandra Rieger hat in ihrem Kurs alles so logisch aufgebaut, dass Sabina alle Elemente mit mir verbinden kann. Durch das Raidho Training wurde Sabina eine neue Dimension in der Therapie und im Coaching mit ihren Klienten eröffnet. Ich bin dabei nun ihr wertvollster Begleiter, denn ich kann den Menschen zeigen wie sie in ihrem Inneren sind und blicke tief in die Seele der Menschen.

Alexandra Rieger hat durch ihre sanfte, beharrliche und sehr kraftvolle Begleitung Sabina zeigen können, wie Pferde in der Therapie Wunder bewirken können. Die inneren Prozesse bei den Klienten gehen deutlich schneller und sind ein neuer Begleiter in der ganzheitlichen Therapie. Der Weg der Identifikation, Differenzierung, Integration und Transformation hat eine neue Ebene erhalten. Dabei kann Sabina alle ihre therapeutischen Elemente in diese Heilarbeit mit einfließen lassen.

Sabina und ich Capitano, wir danken Dir Alexandra Rieger, von tiefem Herzen und wir danken allen anderen Kurs Teilnehmerinnen, dass ihr Sabina als totale Anfängerin so toll begleitet habt und ihr den Mut geben konntet, so schnell in die Umsetzung zu gehen. Wir danken Abbas Schirmohammadi von Paracelsus Magazin, dass er Sabina zu Alexandra führte.

Wir beide arbeiten bereits seit dem 3. Tag meiner Ankunft mit Klienten. Viele Pferdemenschen um uns herum, sind oft verwundert was wir dort machen, doch Sabina zieht ihr Ding durch und hat ihre Konzepte mit mir bereits in der weiteren Entstehung.

Ich zeige dabei gerne, dass ich der Professor für die „Ernsthaftigkeit“ Prüfung bin. Ich darf endlich der Heiler und König der Meditation sein, den ich schon immer in mir führe. Ich weiß, dass meine Seele Tiefgang hat und ich ein wahrer Meister der Spiegelung bin. Einfach kurz: Endlich darf ich der Schamane bei einer Schamanin sein. Wir haben unser Schamanen Tipi bereits auf der Weide aufgebaut.

Liebe Alexandra, ich bin „nur“ ein Pferd und ich kann meinen Dank an Dich für Deine Rettung über Sabina von mir nicht in Worte fassen. Du bist eine Zauberin für Menschen und für Pferde.

in tiefer Verbundenheit, Dein Capitano mit Sabina



ÜBER MINDWIND-RAIDHO

"Es ist eine Sache über mindwind Therapie mit Raidho zu lesen und eine andere, es zu erfahren und zu erleben. So wie Du über Siddhartha's Erleuchtung lesen kannst, ist es etwas anderes, sie zu erfahren. Google und Lesen gibt Dir Informationen aber nicht die Weisheit über Dich Selbst und Dein Bewusst Sein. Dafür musst Du Raidho selber erfahren und Deine Visionen einladen um sie zu empfangen. Du kannst eine tiefgreifende Erfahrung des Erwachens auf verschiedenen Ebenen machen und diese dann direkt in Deinen Alltag Stück für Stück integrieren. Du kannst erfahren wie Du das Tor zu Deiner Seele und damit zu Deinen tiefsten Wünschen öffnest und bei Dir ankommen." (Sabina Hirtz)

Mit der Aktivierung der sieben Energiepunkte von Körper, Geist und Seele gehen wir in den Prozess der Bewusstwerdung über:

Identifikation = Erkennen

Differenzieren = Annehmen

Integration = Erneuern

Transformation = Vollenden

Raidho ist ein Weg zur Bewusstwerdung Deines Selbst durch die Aktivierung der sieben Chakren (Energiepunkte von Körper, Geist & Seele) mit Hilfe der Pferde. Pferde sind wahre Meister in der Gegenwärtigkeit. Sie leben ständig im Hier und Jetzt. Sie tragen von Natur aus eine hohe Präsenz und Urkraft in sich und damit ein starkes Energiefeld.

Dieses Energiefeld der Pferde ermöglicht es uns, in der Gegenwart der Pferde, aus unserer Gedankenhypnose auszutreten und einzutreten ins Hier und Jetzt. Durch die Pferde können wir augenblicklich diesen neuen Bewusst Sein Zustand erreichen.

Dieser Weg zeichnet sich aus in dem wir bewegt werden auf der psychischen, physischen, emotionalen und spirituellen Ebene. Die mit den Pferden gemachten Erfahrungen können wir sofort als energetische Veränderungen mit in den Alltag nehmen.

AUS DEN AUGEN EINES PFERDES

"ICH BRINGE MENSCHEN ZURÜCK IN DIE EIGENE KRAFT"
(CAPITANO)

DAS WICHTIGSTE IN DER ARBEIT MIT RAIDHO

„Raidho steht für kreative Förderung der eigenen Persönlichkeit durch das Pferd. Raidho steht auch für Interaktion, Bewegung, Entwicklung, Sein mit Pferden, „Sentiero“, Energiearbeit, Heilung, Ganzwerdung durch das Pferd.“ (Alexandra Rieger)

Fühlst Du Dich berufen mit Pferden zu arbeiten? Fühlst Du den Ruf der Pferde aber hattest bisher noch keinen Kontakt mit Pferden? Fühlst Du, dass Du einen neuen Schritt in Deinem Bewusstwerdungsprozess gehen möchtest?

Bist Du ein Pferdeliebhaber und Pferdemensch der gerade fühlt, dass es neue Wege in der Pferd-Mensch Beziehung gibt?

Raidho ist ein Weg um sich SELBST auf einer geistigen und emotionalen Ebene neu zu entwickeln.

Lasse Dich auf die Erfahrung ein, in eine neue Dimension der Gegenwärtigkeit, mit Hilfe der Pferde einzutreten. Pferde berühren uns auf der körperlichen, geistigen und seelischen Ebene.

Dein Verstand will Dich immer unter seiner Kontrolle halten? Erlebe durch die Urkraft der heilenden Pferde eine Energetische Neuorientierung in Körper, Geist und Seele zu erfahren.

Die Kombination der Interaktion mit Pferden und meine Methoden aus Hypnose Therapie, Körperpsychotherapie und schamanischer Energiearbeit zur Persönlichkeitsentwicklung, können Dir im Ganzen eine neue besondere Kraft und Tiefe Deines SELBST geben. Zurück ins „ICH BIN ICH“ und damit zurück in deine SELBSTLIEBE, in Deinen wahren KERN.

Mit diesem Weg kannst Du mit Deinem Pferd eine neue innige Beziehung lernen herzustellen. Du wirst erkennen lernen, dass Du diese angewandten energetischen Techniken mit in den Alltag in Deine Mensch-Mensch Beziehungen nehmen kannst.

„DASS MIR DAS PFERD DAS LIEBSTE SEI, SAGST DU, OH MENSCH,
SEI SÜNDE.

DAS PFERD BLIEB MIR IM STURME TREU, DER MENSCH NICHT MAL
IM WINDE.“

(UNBEKANNT)

ERKENNE DICH SELBST DURCH DIE KRAFT DER PFERDE

Die Arbeit mit Raidho erlaubt Dir in einem geschützten Rahmen alles zurück zu lassen. Mit der Urkraft der heilenden Pferde kannst Du in einen Raum der Leere eintreten.

Das Energiefeld der Pferde ermöglicht Dir, Dir hier selber zu begegnen. Du kannst in eine neue Klarheit und damit in eine mit Dir verbundene Tiefe erlangen. In diesem Hier und Jetzt kannst Du Deine Dich wandelnden Erfahrungen machen.

Dein Denken, Fühlen, Wollen und Handeln kannst Du in Einklang bringen und damit Deinen Visionen und Träumen einen neuen Raum geben.

Es ist wirklich schwer es in Worte zu fassen, denn ein wahres Erleben über die Kraft der Pferde kann, als Transformation auf vielen Ebenen gefühlt werden.

INDIVIDUALRAUM

Mit dem Erlernen Deinen Individualraum wieder wahrzunehmen, kannst du fähig werden, die Grenzen anderer zu beachten. Durch Deine klaren Verhaltensweisen wirst Du Deinen Individualraum für Dich wieder fordern können und so wird Dein eigener Individualraum wieder beachtet.

Du wirst Dich dann selber auf eine ganz besondere Art erleben können und wieder wahre Verbindung zu Dir fühlen können. Mit Hilfe der Pferde kannst Du wieder die Gegenwärtigkeit erkennen. Daraus folgt Dein Erfassen der Schönheit Deines Seins.

Mit der Übung "Individualraum" kannst Du die vollständige Entspannung auf allen Ebenen wiederfinden und Dein Urvertrauen aktivieren.

BEWUSST SEIN DURCH DIE KRAFT DER HEILENDEN PFERDE

MIT DER URKRAFT DER PFERDE IN DIE

EIGENE TRANSFORMATION GEHEN

ENERGIEARBEIT MIT PFERDEN

Du und Dein Pferd

Pferde erkennen Deinen Kern direkt. Du kannst Deine Dir unbewusst gewordene Lebensenergie vor Deinem Pferd nicht verstecken. Es spiegelt Dir die Wahrheit. Es zeigt Dir in Eurer Zusammenarbeit wo Deine Themen sind und ermutigt Dich damit an Deine Lebensthemen heranzugehen.

Ich komme daher zu Dir und Deinem Pferd und erlebe Euch in der gewohnten Umgebung.

„AUS DEN AUGEN VON CAPITANO“: MARTA & DOMINO

Es mag sich für viele immer noch eigenartig anhören, wenn ich als Pferd über meine Erfahrungen spreche, doch nur so kann ich deutlich machen, dass ich wirklich die Fähigkeit habe, den "Kern" eines Menschen sofort zu erfassen. Diese Fähigkeit habe nicht nur ich, sondern alle Pferde. Denn wir sind wahrhaftige, fühlende und Energie lesende Wesen. Ich spreche jetzt weiter in der "Ich" Form und doch meine ich damit alle meine Artgenossen.

Ich kann die ursprüngliche, dem Menschen selbst unbewusst gewordene Lebensenergie spüren. Der Mensch kann sich vor mir nicht verstellen, ich sehe den Menschen ohne seine Rolle, so wie er wirklich ist. Wenn der Mensch das spürt, das ich das kann, ist das natürlich für den Menschen oftmals sehr beängstigend, doch darum ist er bei Sabina und mir. Der nächste Schritt der Erkenntnis, ist dann sehr befreiend. Lasst uns daher sofort in ein Fallbeispiel gehen.

Sabina bietet unter "Du und Dein Pferd" an, dass sie Klienten in deren Stall betreut, die in irgendeiner Form Schwierigkeiten mit sich und ihrem Pferd haben. So meldete sich eine junge Frau Anfang 30 bei Sabina. Im kostenfreien telefonischen Erstgespräch schilderte "Marta", die Reiterin und im Umgang mit Pferden sehr vertraut war, dass sie seit 2 Jahren ein eigenes Pferd hat. Sie hatte sich, laut ihrer eigenen Angaben, mit dem ersten eigenen Pferd einen Lebenstraum erfüllt, doch ihr Haflinger würde sie ablehnen und sei böse zu ihr. Sie wollte eigentlich, dass Sabina zu ihr kommt, doch im Laufe des Telefonates wurde klar, sie hatte Angst, dass die von ihr gefühlte "Unfähigkeit" mit ihrem Pferd, von anderen gesehen würde, und daher vereinbarten Marta und Sabina, dass sie sich zum Ersttermin bei mir treffen.

Es war Ende Januar 2018, das Wetter im Norden kalt und regnerisch, doch genau an dem Tag schien die Sonne und es war trocken. Sabina kam ungewöhnlich früh an dem Morgen in unseren Offenstall und säuberte den Stall. Dann bekam ich eine Faszien-Massage mit der wunderbaren Rolle und eine Behandlung mit der Magnetfeldtherapie. Dabei erzählte sie mir, dass heute eine Klientin zum ersten Mal kommt und Erfahrung mit Pferden hat. Sabina sagt mir immer Bescheid, wenn jemand kommt und wir bereiten uns dann in Ruhe vor.

Marta kam pünktlich zum Termin und ich hatte mich schon auf den Reitplatz gestellt. Ich beobachtete aus der Ferne, wie Marta und Sabina eine Zeitlang miteinander redeten, Blätter austauschten, und was Menschen so machen bei einem Ersttermin.

Dann war es endlich soweit, Marta und Sabina kamen auf den Reitplatz. Marta näherte sich vorsichtig, sehr ängstlich und zögernd auf mich zu. Jeder der mich kennt, weiß, dass ich sehr ruhig und geduldig bin, und mich „fast“ nichts aus der Ruhe bringen kann, doch als Marta bestimmt noch 4m von mir entfernt war, ging eine Verwandlung in mir vor. Meine Ruhe verwandelte sich. Ich fletschte meine Zähne, fühlte mich wie ein Raubtier, sperrte mein Maul auf, meine Ohren stoben nach hinten und ich riss meinen Kopf in die Richtung von Marta. Unweigerlich spürte ich den Drang nach ihr auszuschlagen, was ich aber nicht machte, doch Sabina konnte es spüren und gab Marta erstmal Sicherheit. Ich bewegte mich zielstrebig in die entgegengesetzte Richtung vom Reitplatz und stellte mich abgewendet in eine Ecke des großen Rechtecks. Marta hatte sich so erschrocken, dass sie sofort anfang zu weinen. Sofort begann Sabina mit ihrer Arbeit. Sabina leitete Marta an, mit einem Stick einen Kreis um sich herum zu zeichnen. Marta stand nun in der Mitte ihres Individualraum. Dann begann Sabina mit Marta eine Atemübung. Mit dieser so genannten Wurzel-Chakra Atmung, durfte Marta mit jedem Atemzug der Ausatmung, Wurzeln aus ihren Fußsohlen in die Erde wachsen lassen. Über diese Wurzeln konnte Marta dann alles ausatmen und entlassen was sie gerade fühlte. Marta nannte mit jedem Ausatmen in die Wurzeln was an unvorteilhaften Energien sie abgeben wollte. Das waren vor allem Wut, hilflose Wut, Schmerz und Angst. Sie atmete dabei Bilder, Situationen, Farben und Formen aus, die sie sah und fühlte.

Sie erzählte dann Sabina, dass die Wut auf ihre Eltern gerade hochkam, die ihr nicht die Erlebnisse über die sexuellen Übergriffe seitens des Onkels geglaubt hatten. Die Eltern hatten sie nicht beschützt. Sie fühlte sich von den Eltern tief verletzt, die immer wieder zu ihr sagten "wir haben nichts bemerkt". Jahrelang hatte Marta diese Wut und diesen Schmerz unterdrückt.

Ich als Pferd habe diese Wut von Marta gespürt, die Wut lag versteckt hinter der Angst. Daher habe ich auf den wütenden Anteil von Marta reagiert und diesen gezeigt. Jetzt wurde Marta klar, dass mein "Kollege", ihr Haflinger Domino, sie immer wieder auf ihre Wut aufmerksam gemacht hatte. Marta integrierte nun mit Hilfe von Sabina, die Erkenntnis wütend sein zu dürfen und diese Wut über die Wurzeln auszuleiten. Mit diesen Erfahrungen in der ersten Stunde, konnte Marta ihre Erkenntnisse bewusst, direkt mit in den Alltag, zu Domino mitnehmen. Marta entschied sich dazu bei Sabina eine Psychotherapie zu beginnen. Ziel ist es, in den Prozess der Akzeptanz zu gehen. Somit ihre Wut zu sich selbst gehörig akzeptieren lernen kann. Damit können weitere Konflikte in ihrem Leben (Beruf, Partner, Pferd, Freunde) benannt und verändert werden.

Die Therapie beginnt Mitte Februar 2018 - in der Praxis und bei mir im Offenstall. Marta rief Sabina zwei Tage später an und berichtete, dass Domino bereits ganz anders auf sie reagiert, denn bevor sie nun in den Stall geht, lässt sie die "Wurzeln" wachsen und zumindest das Tagesgeschehen abfließen. Marta freut sich auf die Therapie.

Coaching - Kompass Tag

An einem Tag lernen, die Lösung finden zu können, für den Weg zurück in die eigene Kraft. Du spürst bereits die Sehnsucht Deiner Seele wieder in Deine wahre Verbindung zu Dir selbst finden zu wollen. Mit der Urkraft der Pferde kann Dich der Kompass Tag in Deine Prozessfindung bringen und raus aus Deinen nicht mehr sinnvollen Gedankenhypnosen.

„KOMPASSTAG - PAARTHERAPIE“: FRANZISKA & STEPHAN

Aus der Sicht von Sabina

Die Vorgeschichte:

Üblicherweise vereinbare ich mit meinen Klienten telefonisch einen Termin zum kostenfreien Informationsgespräch von 30 Minuten. Dann können die Klienten ganz frei und gelöst entscheiden, ob Sie bei mir ihre Therapie beginnen möchten. Im Laufe einer psychotherapeutischen Behandlung kann es sich dann ergeben, dass ich meine mindwind-Raidho Therapie mit einbeziehe. Dies bedeutet, dass ich fühle, wann der Moment der Entscheidung fällt, das Setting in der Praxis zu verändern indem das Pferd mit einbezogen wird. Meine Klienten wissen oftmals nichts von meinem Angebot der Raidho Arbeit mit Pferden. Auf der anderen Seite gibt es Klienten die speziell über meine zweite Website zum Coaching mit Pferden auf mich aufmerksam werden und beispielsweise den Kompass Tag bei mir buchen.

Mit dem Fallbeispiel von Franziska und Stephan möchte ich eine interessante Dynamik vorstellen, die aufzeigt, wie flexibel eine Therapie bzw. ein Coaching sich ergeben kann.

Stephan hatte sich ein paar Tage zuvor bei mir telefonisch gemeldet und um ein Informationsgespräch für sich und seine Ehefrau Franziska gebeten, um eine Paartherapie bei mir zu machen. Er war über das Internet auf meine psychotherapeutische Praxis nach dem Heilpraktiker Gesetz auf mich aufmerksam geworden.

Das Ehepaar kam eine Woche nach dem ersten telefonischen Kontakt zu ihrem Informationsgespräch an einem Freitagmittag in meine Praxis. Stephan übernahm sofort das Wort und sagte er möchte es direkt auf den Punkt bringen. Seine Frau Franziska (38) erfolgreiche Notarin und er (37) selbständiger Diplom Informatiker wünschen sich seit 3 Jahren erfolglos ein Kind. Dabei geht Stephan sofort in die Offensive und erklärt im Gespräch, dass er das Gefühl nun hätte, das Franziska eigentlich gar kein Kind haben möchte. Stephan hat das Gefühl, dass Franziska lieber weiter als Notarin arbeiten möchte ohne ihre Karriere aufzugeben. Die Ehe stände kurz vor dem Scheitern, da es immer schon so geplant war, dass spätestens ab Mitte Dreißig Kinder zur Ehe gehören. Franziska und er haben sich bereits mit

Anfang 20, als Studenten kennengelernt und sind seit 10 Jahren verheiratet. Stephan erklärt weiter, dass sie finanziell keinerlei Sorgen haben. Er hat ein großes Projekt vor einigen Jahren verkauft und sehr viel Geld dafür bekommen. Er ist weiterhin mit seiner neuen Firma erfolgreich. Sie wohnen im eigenen Haus, welches sie, speziell auf die Bedürfnisse mit mindestens zwei Kindern ausgerichtet, vor 8 Jahren gebaut haben. Franziska schweigt, während Stephan redet und wirkt sehr niedergeschlagen. Stephan kann deutlich aussprechen, dass er sehr wütend ist und sich betrogen fühlt, weil Franziska die Abmachungen nicht einhält. Er betont ausdrücklich, er würde sie lieben, aber er zweifelt nun an der Liebe von Franziska zu ihm.

Jetzt wurde mir klar, warum kurz bevor Franziska und Stephan zum Termin kamen, die beiden nachfolgenden Klienten kurzfristig ihre Termine absagten. Es war genau der Zeitpunkt, um spontan zu handeln. Daher fragte ich, bevor ich in irgendeiner Weise Fragen zur Situation stellte, ob Franziska und Stephan bereit wären sofort mit mir zu arbeiten, da die folgenden Termine verschoben wurden. Ich schaute aus dem Fenster und sagte den Beiden, dass wir aber nicht in der Praxis bleiben, sondern zu meinem Pferd in den Stall fahren. Die Verwunderung von Franziska und Stephan konnte ich spüren und Franziska wachte sofort aus ihrer Gedankenhypnose auf und sagte deutlich und laut: JA, sehr gerne, bevor Stephan reagieren konnte.

Therapiehund Timmy spürt immer sofort diese Energie, wedelte mit dem Schwanz und lief zur Tür. Es ist sein eindeutiges Zeichen, dass er bereit ist für einen Einsatz. So machten wir uns mit beiden Autos auf den 15minütigen Weg zu meinem Offenstall.

Am Stall:

Während ich meinen Freund, den 550kg Therapeuten, von der Weide hole, beobachtete ich aus der Ferne was Franziska und Stephan machen. Franziska steht am Reitplatz und beobachtet die Herde auf der Weide. Die ersten Pferde nehmen sie bereits wahr und bewegen sich in ihre Richtung zum Unterstand und zur Heuraufe. Stephan steht am Auto, raucht eine Zigarette und schaut dabei in die Luft und in die Weite zu den Feldern. Ich führe Capitano auf den Reitplatz, binde ihn kurz an und prüfe ob alles ok bei ihm ist und erzähle ihm von Stephan und Franziska. Franziska kommt sofort zu mir und nimmt mit Capitano Kontakt auf. Stephan steht weiterhin an seinem Auto. Ich hole Timmy, meinen empathischen König, den 3,8kg Therapeuten, aus dem Auto und leine ihn an. Stephan beobachtet jetzt alles. Ich bitte Stephan und Franziska nun mit mir zu Timmy und Capitano auf den Reitplatz zu kommen. Ich gebe spontan Stephan Timmy an der Leine in die Hand. Bei Franziska muss ich gar nichts weiter machen, sie nimmt automatisch den von mir angebotenen Führstrick von Capitano. Ich sage beiden, dass wir vom Reitplatz, auf die eingezäunte große Weide und mit beiden Vierbeinern spazieren, gehen. Es besteht die Möglichkeit von der Weide in den Wald zu spazieren. Capitano lässt sich sofort von Franziska führen, er geht sanft und locker Schulter an Schulter mit Franziska. Ich kann sehen und fühlen, dass Franziska nicht zum ersten Mal ein Pferd führt.

Ihre Bewegung ist klar, entspannt, aufgerichtet und gelöst. Timmy an der Hand von Stephan springt und hüpfte durch die Gegend an der langen Leine und nimmt Stephan überhaupt nicht wahr. Stephan hat einen hilflosen, unsicheren Ausdruck und versucht mit Timmy weit weg von Capitano und Franziska zu sein. Ich sage Stephan, dass er Timmy gerne von der Leine nehmen kann, gebe ihm einen Fußball und Timmy reagiert sofort, denn er liebt Fußballspielen. Er rennt mit dem Ball herum und spielt Stephan an. Timmy spielt hervorragend Fußball seit ich es ihm als Welpen beigebracht habe.

Nach ca. 50 Metern auf der Weide bleibt Capitano plötzlich stehen und ich kann sehen, dass Franziska Tränen in den Augen hat. Ich drehe mich um und sehe, dass Stephan mit Timmy vor dem Tipi Zelt an der Feuerstelle steht und ebenfalls mit den Tränen kämpft, während Timmy ihm immer wieder mit seiner Nase den Ball vor die Füße spielt und laut bellt, damit Stephan zurückschießt.

Jetzt ist es für mich wichtig mit beiden gleichzeitig zu arbeiten. Ich zeige Franziska, wo Stephan stehengeblieben ist und sie führt unter Tränen Capitano zur Feuerstelle. Sie schauen sich beide in die Augen und sehen, dass der Partner weint. Ich frage Franziska, was sie fühlt. Franziska erzählt sofort, dass sie Pferde so sehr liebt und als Kind ein eigenes Pferd von den Eltern bekommen hat. Zunächst eine Reitbeteiligung und dann konnte sie das Pony kaufen. Sie erzählt weiter, dass sie mit Capitano an ihrer Seite dieses Glück gerade wieder fühlte und dann kam der Schmerz des Verlustes hoch. In dem Moment blieb Capitano stehen. Franziska erzählt unter Tränen, dass ihre Eltern ihr Pony verkauft haben, als Strafe wegen schlechter Schulnoten, Partys und einem ersten Freund, den die Eltern nicht mochten. Sie liebte ihr Pony und war jeden Tag bei ihm, doch es gab kein Zurück. Das Pony war einfach nicht mehr da, als sie an einem Tag in den Stall fuhr. Dann wollte Franziska nicht mehr essen und magerte sehr stark ab. Sie stürzte sich in die schulischen Leistungen und machte ein Abitur mit einer Durchschnittsnote von 1,1. Ihr Studium absolvierte sie mit Bestnoten in Rekordzeit weiter unter der Regelstudienzeit. Sie schaut Stephan dann unsicher an, denn obwohl die beiden schon so lange zusammen sind, hat sie diese Geschichte ihres Lebens noch nie Stephan erzählt. Capitano steht dabei ganz ruhig an Franziska und gibt ihr Halt beim Erzählen, in dem sie sich an ihn lehnen darf.

Timmy hat sich ins Gras neben Stephan gelegt, ganz nah an seinen rechten Fuß. Stephan setzt sich ebenfalls ins Gras und sagt zu uns, dass er gerade nicht mehr stehen möchte. Er legt seine Hand auf Timmy und streichelt sein Fell. Er beginnt mit den Worten: "Liebe Franziska, ich erzähle dir jetzt etwas über mich, was ich noch nie jemandem erzählt habe".

Als er zwei Jahre alt war wurde sein kleiner Bruder Ralph geboren. Ralph starb im Alter von 5 Monaten am plötzlichen Kindstod. Stephan gibt sich die Schuld an dem Tod, obwohl er heute aus dem Verstand heraus weiß, dass er es nicht getan hat. Doch damals hatte er Tage vor dem Tod mit dem Kleinen gespielt, ihn zugedeckt im Bettchen und "großer Bruder" Aufpasser

gespielt. Mit dem plötzlichen Tod des kleinen Bruders war für Stephan klar, dass er durch das Zudecken, aus seiner Hand, gestorben ist. Seine Mutter war danach Wochenlang nicht für ihn da, da sie in eine Klinik gekommen ist. Stephan erzählt weiter, dass mit Timmy an der Leine, er sich selbst gesehen hat, weil seine Eltern so ein Geschirr für ihn hatten um Laufen zu lernen und er sich so darauf gefreut hatte, ohne Laufgeschirr mit seinem kleinen Bruder rumtoben zu können. Als Timmy dann anfang mit ihm Fußball zu spielen, sah er sich und seinen kleinen Bruder spielen. Er fühlte den unglaublichen Schmerz und die Trauer, dass dies nie geschehen konnte und fühlte seine tiefsitzende Schuld. Stephan blieb ein Einzelkind.

Erste Bewusstwerdung:

Ich möchte an dieser Stelle das Fallbeispiel Kompass Tag abkürzen. Insgesamt habe ich mit Franziska und Stephan an diesem Tag 3 Stunden gearbeitet. Tiere haben die Fähigkeit, den "Kern" einer tiefsitzenden Blockade eines Menschen direkt zu erfassen. Eine dem Menschen selbst unbewusst gewordene Lebensenergie aufzudecken und der Wahrheit ins Auge zu schauen. Der Mensch kann sich vor Pferd und Hund nicht verstecken. In dieser Situation haben Capitano und Timmy dafür gesorgt, dass Franziska und Stephan ermutigt wurden, die Ursache hinter ihrem momentanen Lebensthema herauszufinden.

Franziska konnte an dem Tag fühlen, dass sie wirklich Angst vor der Verantwortung mit einem Kind hatte. Sie fühlte die Angst, dass sie es auf irgendeine Weise verlieren könnte. Die Arbeit als Notarin fühlte sich dagegen wie eine Sicherheit an. Mit Leistung etwas zu erreichen, was Anerkennung gibt und was mit Diplomen an der Wand nicht mehr genommen werden kann.

Stephan war so erleichtert, dass er "sein größtes Geheimnis" Franziska nach so vielen Jahren endlich erzählen konnte. Es wurde für ihn ganz deutlich, dass er sehr große Angst vor der Verantwortung mit einem Kind hat.

Die Verflechtungen der traumatischen Erlebnisse der beiden Partner und die daraus resultierenden Blockaden der Lebensenergie von Franziska und Stephan, führten somit zu der derzeitigen Situation, warum die Beiden Hilfe in der Paartherapie suchten.

Ohne meine beiden Vierbeinigen Therapeuten, da bin ich mir sicher, wären wir im ersten Schritt nicht so schnell auf den Kern des Problems aufmerksam geworden. Aktuell arbeite ich mit beiden in Einzel- und Paartherapie, zur Auflösung von Ängsten, Wut und Schuldgefühlen und mit Traumatherapie. Die psychotherapeutischen Sitzungen mit diversen Methoden (z.B. analytische Hypnose, Körperpsychotherapie, Kreativtherapie) finden in der Praxis sowie der Dynamik des Prozesses angepasst, am Stall statt. Unter anderem habe ich mit beiden eine Aufstellung mit Pferden (mit der ganzen Herde) gemacht, jeweils zu den Situationen in der Ursprungsfamilie. Die Therapie wird fortgesetzt.

Fürsorge: Es ist für mich selbstverständlich, dass ich nach den Sitzungen mit Klienten, immer mit Capitano und Timmy spiele. Ich achte genau darauf, welches Bedürfnis vorhanden ist.

Psychotherapie

Die Urkraft und die Faszination, die das Pferd im Menschen auslösen kann, setze ich in meiner Praxis für Psychotherapie nach dem Heilpraktiker Gesetz planvoll und aktivierend ein. Therapiehund Timmy und Therapiepferd Capitano können im psychotherapeutischen Prozess als Beziehungspartner einen heilenden Effekt in Gang setzen.

„PSYCHOTHERAPIE - TRAUMA“: RAMONA

Als Psychotherapeutin nach dem Heilpraktiker Gesetz bin ich im Laufe meiner langjährigen Tätigkeit immer wieder an Grenzen gestoßen, die nach Lösungen suchten. Es gab einige Klienten für die ich neue Lösungen benötigte, aufgrund von Abwehrmechanismen oder der Ich-Struktur des Klienten. Schon lange hörte ich den Ruf der Pferde, bevor ich in die klare Absicht und Umsetzung ging. Nach einigen „interessanten“ Umwegen kam, durch die Empfehlung von Abbas Schirmohammadi (Paracelsus Magazin), Alexandra Rieger von Raidho Healing Horses, in mein Leben.

Mir war klar, wenn ein Mensch seine Intentionen und Gefühle, sowie seine Grenzen, nicht nur mit Worten und Technik, sondern auch körperlich ausdrücken und wahrnehmen kann, hat er die Chance auf eine Transformation. Es war somit wichtig für mich, dass meine Klienten, Körper, Geist und Seele in allen Zellen, in Einklang bringen können. Somit in ihren Kern des "Ich bin Ich" zurückkehren und damit die Chance haben, sich selbst und ihre Umwelt in einem neuen Universum wahrzunehmen. Mir war klar, dass diese neue Erkenntnis, wieder im eigenen Kern sein zu dürfen und sich zu erleben, auf allen Ebenen "verankert" werden muss, damit sie dem ICH wirklich zur Verfügung stehen.

Timmy mein Therapiehund und meine vielfältigen Methoden halfen mir über die Jahre, doch ich fühlte das Pferde für diesen Prozess geniale Partner sein können. Der Ruf der Pferde vermittelte mir, dass sie von Natur aus sehr freundliche und dem Menschen zugewandte Wesen sind. Gleichzeitig sind sie völlig autonom und vom Mensch nur sehr bedingt abhängig. Ich fühlte förmlich die Urkraft dieser heilenden Wesen, wenn sie ihren Grundbedürfnissen entsprechend gehalten werden. Dann können sie direkt und unmittelbar die Seele des Menschen spiegeln.

Dabei darf man den Aspekt nicht übersehen, dass Pferde Menschen tragen können, im doppelten Sinne. Damit können sie sehr glaubhaft sein, als halt gebende und zum anlehnde Therapeuten.

Das Pferd ist ein idealer Partner in der Therapie, denn es fordert den Menschen auf, seine Stellung zu beziehen und sich, zu sich selbst zu bekennen. Damit kann der Mensch seine eigene Position wiederfinden und in den Kern seines "Seins" zurückkehren.

Das Pferd ist dazu in der Lage, weil es ein freies Lebewesen ist. Es lebt im Hier und Jetzt und in der Gegenwärtigkeit. In seiner ursprünglichen Urkraft vereinigt es, wie kaum ein anderes Wesen, Autonomie und Unabhängigkeit. Dazu hat es eine natürliche soziale Bezogenheit und Bindung.

Seine Lebensgrundlage ist die Bewegung. Es lebt von der Freiheit und dem weiten Raum. Es kennt den Platz zwischen Führung und Unterordnung, wenn es in einer Herde leben darf. Es ist ihm angeboren spontan auf Gefahren zu reagieren. Dieser Fluchtreflex hat sein Überleben gesichert.

GRUNDSÄTZLICHE ANMERKUNG

Mit der Ausbildung zur Raidho Healing Horses Trainerin / Therapeutin und "Capitano" an meiner Seite, erlebe ich seit September 2017, eine neugewonnene Bereicherung in meiner psychotherapeutischen Arbeit.

Doch gerade, weil ich so begeistert von dieser Arbeit mit Raidho in der Therapie bin, will ich sie mir erhalten.

Ich bin daher sehr klar, zu welchem Zeitpunkt ich mein Pferd oder die Herde mit in die Arbeit einbeziehe.

Das Pferd darf niemals missbraucht werden, weil ein Therapeut keine anderen therapeutischen Werkzeuge und/oder Ausbildungen hat.

Ich achte ganz genau darauf und lasse mich von meinem ursprünglichen Gefühl immer leiten, wann der richtige Moment gekommen ist, das Pferd in die Therapie mit einzubeziehen.

Der Einsatz von Therapiepferd(en) oder meinem Therapiehund, darf niemals zur Befriedigung scheinbarer Bedürfnisse, erfolgen.

Ich prüfe daher immer meinen inneren Impuls, wenn ich im Laufe einer Therapie spüre, dass jetzt Sitzungen mit Capitano sinnvoll sind.

Dies gilt ebenfalls, wenn es der Wunsch des Klienten ist, mit dem Pferd zu arbeiten.

Dann gilt es für mich zu prüfen, wie der Klient bewusst oder unbewusst zu dieser Vorstellung gekommen ist.

FALLBEISPIEL: RAMONA

Ramona (15 Jahre) kam im Januar 2017 erstmalig in meine Praxis. Sie wurde von ihrer Tante Alexa begleitet.

Vorgeschichte:

Ramona lebt seit November 2016 bei ihrer Tante Alexa (44) und deren Lebensgefährten (45), die kinderlos sind. Ramona hat eine 8 Jahre ältere Schwester Maria, die bereits ein eigenes Kind (1) hat. Die Mutter von Ramona, Anna, ist im Alter von 42 Jahren, Anfang November 2016, plötzlich an einem Schlaganfall verstorben. Ramonas Mutter Anna war die jüngere Schwester ihrer Tante Alexa. Die Mutter von Alexa und Anna, also die Großmutter von Ramona, sowie deren Mutter starben ebenfalls in jungen Jahren, im Alter von 40 und 45 Jahren. Alexa und Anna bekamen eine Stiefmutter, die heute noch lebt. Die Familie kommt ursprünglich aus Italien.

Die Familie siedelte Mitte der 60iger Jahre von Italien ins Ruhrgebiet. Vater und Großvater von Alexa und Anna fanden dort Arbeit in den Bergwerken. Anna und Alexa wurden in Deutschland geboren. In der Familie gab es sehr viel Gewalt, Alkoholsucht und sexuellen Missbrauch (Inzucht).

Alexa erzählte mir im Vorgespräch, ohne die Anwesenheit von Ramona, dass sie glaubt, dass der Vater ihrer Schwester Anna, nicht ihr gemeinsamer Vater ist, sondern ihr Großvater. Alexa und ihre Schwester Anna verbrachten ihre Kindheit teilweise in der Großfamilie in Deutschland, aber auch bei Angehörigen in Italien und in deutschen Kinderheimen.

Ende der 80iger Jahre siedelte die Großfamilie vom Ruhrgebiet in den Norden Deutschlands und eröffneten ein Restaurant.

Alexa ist selber seit Jahren in psychotherapeutischer Behandlung um die Erlebnisse aus Missbrauch, Einsamkeit und Verlassenheit zu bearbeiten. Ihre Schwester Anna hat Behandlungen immer abgelehnt.

Ramona und ihre Schwester Maria haben den gleichen Vater, der seit 8 Jahren im Gefängnis ist. Er wurde verurteilt wegen sexuellem Missbrauch von Maria. Maria hatte ihren Vater, im Zuge einer Psychotherapie, angezeigt und er wurde verurteilt. Anna, Mutter von Ramona und Maria hatte einen neuen Partner, den Ramona als Stiefvater nicht akzeptiert. Das Jugendamt hat verfügt, dass Ramona bei ihrer Tante Alexa nun leben soll, da die ältere Schwester Maria selber unter Betreuung steht und die Verantwortung mit dem eigenen Kind und der kleinen Schwester nicht tragen kann.

Alexa erzählt mir im Vorgespräch, dass Ramona nun seit 3 Monaten in ihrem Haus ein Zimmer hat und sie völlig überfordert ist. Sie hat selber keine Kinder und ihre Partnerschaft droht zu zerbrechen, wegen dem Verhalten von Ramona.

Alexa sucht nun Hilfe für Ramona bei mir, da sie bei Ramona Schnittwunden an den Armen und Beinen gesehen hat. Beim Aufräumen des Zimmers von Ramona hat sie Zigaretten gefunden und sie fürchtet, dass Ramona Drogen

nimmt. Ramona geht nachts an den Kühlschrank und isst alles auf, was sie finden kann, um es dann wieder zu erbrechen. Ramona ist sehr dünn und wiegt bei 1,65m, 45kg. Gespräche zu den Themen: Aufräumen, Aggressionen, Wutanfälle, Essverhalten, Schulverweigerung, Rauchen und Ritzen, haben dazu geführt das Ramona mit Suizid ihrer Tante gegenüber drohte.

Das Jugendamt sieht derzeit keine notwendigen Maßnahmen und spricht von "Eingewöhnungsphase" und "Grenzen austesten". Bei einem psychologischen Psychotherapeuten, spezialisiert auf Jugendliche, hat ein Vorgespräch stattgefunden und Ramona steht auf der Warteliste. Alexa ist jedoch so verzweifelt, da sie sich selbst noch in der Trauerphase um ihre Schwester Anna befindet, dass sie eine „Übergang Unterstützung“ für Ramona sucht. Alexa ist davon überzeugt, dass Ramona ebenfalls sexuellen Missbrauch durch den Vater erlebt hat, der aber nicht nachgewiesen werden konnte.

Beim ersten gemeinsamen Gespräch mit Alexa und Ramona sehe ich eine hübsche, zarte, mit langen schwarzen Haare, traurige Jugendliche. Die mir nach einigem Zögern erklärt, dass sie weiß warum sie bei mir ist und dass ihr aber sowieso niemand helfen kann. Ihre Augen streifen durch den Behandlungsraum und sagt dann „hier ist es richtig schön“ und sie fügt leise hinzu, ob sie bei den Terminen alleine, ohne die Tante sein darf. Noch im Vorgespräch frage ich sie eindeutig, ob sie den an die Tante geäußerten Suizid Gedanken ernst meint und wir vereinbaren einen Non-Suizid Vertrag. Dann einigen wir uns darauf, dass sie einmal wöchentlich zur Therapie kommt.

Kurze Beschreibung der ersten Therapiephase:

Im Rahmen der Trauer- und Traumarbeit stand für mich zunächst die Stabilisierung von Ramona im Vordergrund. Eingebettet in die therapeutische Beziehung habe ich begonnen ihr imaginative Techniken zu vermitteln. Visualisieren eines "sicheren inneren Ortes", "innere Helfer" und die imaginative Verankerung von Krafttieren, die jederzeit an ihrer Seite stehen, sowie das Einsetzen von guten und positiv besetzten Traumfiguren (Selbstobjekten). Dies führte Ramona im ersten Abschnitt der Therapie, in Kontakt zu ihren gesunden Anteilen. Damit konnte ich die Grundlage schaffen, um mit Ramona an der Reintegration von Gefühlen, Gedanken und Körperempfindungen, zu arbeiten. Wir arbeiteten unter anderem mit Musik- und emotional basierter Kunsttherapie. Das therapeutische Malen machte Ramona sehr große Freude. In der Gestaltung von Sandbildern konnte sie Inhalte zum Ausdruck bringen, die sie im verbalen Ausdruck nicht finden konnte. Zusätzlich nahm Ramona bei mir an einem interaktiven SkillsTraining für Borderline-Patienten teil. In dieser Zeit legte ich mit Ramona einen SkillsKoffer an, den sie immer bei sich trägt. Jede Sitzung begannen wir mit einem kleinen Ritual und einer meditativen Übung der Verwurzelung, welche sie täglich morgens und abends, mittlerweile selbständig und aus freiem Antrieb, auch zu Hause in ihrem Zimmer machte. Die Sitzungen erlebten auch Einbrüche. Ramona kam nicht zu Sitzungen

oder viel zu spät, doch die therapeutische Beziehung wurde immer tragfähiger. Es gab Sitzungen, da sprach sie nur mit Timmy dem Therapiehund oder wir konnten uns nur über die "Living Puppets" unterhalten. Im Haus der Tante gab es immer wieder Streitigkeiten und Ramona wich dem aus, in dem sie, ohne Absprache mit der Tante, bei Freundinnen übernachtete. Ihre Tante versuchte mittlerweile, trotz aller Fortschritte in der Therapie, für Ramona einen Platz in einer betreuten Jugendgruppe bzw. Pflegefamilie zu finden. Ramona fühlte sich von der Tante verlassen. In der Schule gab es viele Auseinandersetzungen mit Mitschülern, Verweigerungen an Klassenarbeiten oder Projekten teilzunehmen und es gab Tage, da ging sie überhaupt nicht zum Unterricht. Tante Alexa merkte das zum Teil gar nicht, da sie vor Ramona, das Haus zur ihrer Arbeitsstelle verlassen musste, und abends erst nach 17 Uhr wieder zu Hause war.

Parallel startete dann die verhaltenstherapeutische Therapie bei einem psychologischen Psychotherapeuten. Ramona ging dort ungern zu den Sitzungen. Daher war die Tante bereit, die private Therapie für Ramona zu zahlen, so dass Ramona weiter wöchentliche Sitzungen bei mir wahr nehmen durfte. Der Kollege war einverstanden mit dieser doppelten Betreuung von Ramona, da sie bei ihm so gut wie gar nicht reagierte und kommunizierte.

In einer Sitzung Anfang September 2017 war Ramona in der Lage sich ihren Individualraum vorzustellen, einen Kreis in dessen Mitte sie stand. Sie konnte über ihre Ausatmung in die Visualisierung gehen, dass aus ihren Fußsohlen Wurzeln wachsen, über diese sie alle „doofen Energien“, abgeben konnte. Ramona konnte sich vorzustellen, sie wäre ein Baum, mit starken Wurzeln "bis ans andere Ende der Erde" und "kein Orkan" würde sie "umhauen". Es machte ihr richtig Freude und so war der richtige Zeitpunkt für eine Mediation: eine Reise zu einem Baum, der sie ist. Auf dieser Reise begegnete sie einem neuen Krafttier, einem Pferd, welches sie zu ihrem Baum führte. Sie saß auf dem Rücken des Pferdes und es führte sie durch diese Reise. Ramona hatte bereits öfters auf meditativen Reisen ein eigenes Zimmer imaginiert, in dem sie sich sehr angenehm, gemütlich und sicher fühlte. Zu diesem Zimmer hatte niemand anders Zutritt. Jetzt sah sie sich auf einem weiß-braunen Pferd, "wie Pippi Langstrumpf", einen Wald im Herbst durchqueren. Sie konnte den Geruch von frisch gemähten Gras riechen, den Wind in ihren Haaren fühlen und lachende Kinder hören. Ihr Zimmer stand immer für das Bedürfnis einen abgegrenzten Raum, nur mit Zugang für die inneren Helfer, zu haben. Jetzt entstand zum ersten Mal in der Therapie die Imagination von Natur. Diese Bilder von Wald, Wiesen, Bäumen und den Kontakt zur Erde, gaben ihr ein Gefühl von Geborgenheit und Freiheit. Sie sprach von einer Verbundenheit mit dem Pferd. Sie malte in der Sitzung ihren Baum und das Pferd. Ich spürte, etwas ganz Besonderes, kam gerade in Bewegung. Es war zusätzlich etwas Magisches, denn mein Therapiepferd "Capitano" sollte am 10. September 2017, vom Gardasee, bei mir eintreffen. Ramona wusste nicht, dass ein echtes Pferd bald für die Therapie da sein würde.

Die Arbeit mit Raidho in der Therapie - Mitte September 2017:

Capitano war seit einigen Tagen bei mir und ich gab Ramona als erste Klientin, die Möglichkeit mit mir zu Capitano zu fahren. Ihre Tante war völlig begeistert, als ich um Genehmigung bat, denn Ramona hatte ihr zum ersten Mal über die Begegnung von Krafttieren aus den Sitzungen erzählt. Ramona konnte es kaum fassen, "ihr Pferd" kennenzulernen und das die Sitzungen ab sofort dort stehen finden würden. Sie kaufte ihrer Tante Alexa einen Blumenstrauß und Schokolade als Dankeschön, dass sie diese Sitzungen machen durfte.

Bei den Sitzungen am Stall, begannen wir immer mit der Visualisierung des Individualraum und der Verwurzelung. Dann half sie mir anfänglich, Capitano zu putzen und zu pflegen. Wir beobachteten ihn auf der Weide und sie konnte erleben, wie Capitano in die Herde integriert wurde. Sie bereitete mit mir das Futter vor und säuberte mit Begeisterung den Unterstand. Sie füllte die Netze mit Heu und kontrollierte mit mir die Zäune und die Wasserstellen. Ramona begann eine Beziehung zu Capitano aufzubauen. Dann kam der Tag, an dem wir unsere ersten gemeinsamen kleinen Spaziergänge auf der Weide machten und bald schon den ersten Spaziergang in den Wald. Mir fiel auf, dass Ramona mehr und mehr in ihre Kraft kam. Wir hatten schon früher Spaziergänge von der Praxis aus in die "Lohe" gemacht, einem Naturschutzgebiet, direkt an der Praxis. Doch oftmals mussten wir nach kurzer Zeit umdrehen, da Ramona völlig erschöpft war. Nachdem zweiten, sehr langen Spaziergang mit Capitano durch den Wald, war ihr ganz besonders wichtig, das Futter für Capitano zu kontrollieren. Sie sagte mir, dass er jetzt „viele Vitamine und Mineralien braucht“, um in seine Kraft zu kommen. Sie berichtete mir, sie würde jetzt selber ganz besonders auf ihr Essen achten. Dabei erzählte sie stolz, dass seit Capitano da ist, sie regelmäßig isst und ganz "besonders gesund". Ende Oktober legte sie zum ersten Mal ihre Hände um den Hals von Capitano. Sie streichelte seine Mähne und stellte sich an den Körper von Capitano.

Im November 2017 kommt es zu einem Einbruch. Ihre Tante Alexa hat vom Jugendamt die Nachricht erhalten, dass ein Platz in einer Jugendgruppe frei wird und will trotz aller Fortschritte bei Ramona, dass diese in die Jugendgruppe zieht.

Es folgt, dass Ramona bei dem „Hamburger Schmuddel Wetter“ nicht zu Capitano in den Stall gehen will und so machen wir wieder Sitzungen in der Praxis. Ramona legt sich in der folgenden Sitzung auf die Hängematte im Behandlungsraum. Sie erinnert sich an italienische Kinderlieder, die ihre Mutter ihr vorgesungen hat. Dann kamen Erinnerungen hoch, wie sie im Ehebett ihrer Mutter und ihrem leiblichen Vater schlief und dieser sie berührte. Sie möchte wieder zu Capitano in den Stall und fragte mich, ob Capitano sie tragen darf. Zum ersten Mal sitzt sie auf Capitano und er lässt es gerne geschehen. Sie überlässt sich den schaukelnden Bewegungen im Sitzen und legt sich dann auf Capitano. So trägt Capitano in einer umfassenden Energie, Ramona durch die Zeit der traumatischen

Erinnerungen. Ramona fragt mich dabei, ob es Capitano dabei gut geht. Denn die Muskulatur von Capitano ist noch nicht optimal aufgebaut. Es ist eine berechnete Frage von Ramona, die ich mir selber schon stellte. So beginne ich nach einem Magnetfeld Therapieset für Capitano zu suchen und kaufe ein System. Die physische Seite für Capitano unterstütze ich, zusätzlich mit einer speziellen Ernährung und leichte Bodenarbeit nach Michael Geitner (Dual Aktivierung). Im psychischen Sinne kann ich spüren, dass Beide, Ramona und Capitano, eine intensive Zeit ihrer traumatischen Erlebnisse, gerade gemeinsam bearbeiten. Ramona ist immer noch sehr dünn, so dass Capitano sie gut tragen kann. Capitano kann sie gut tragen und halten, auf allen Ebenen und im mehrfachen Sinne.

Das Wetter ist sehr unterschiedlich, Kälte, Regen, etwas Schnee und wieder wärmer. Der Reitplatz ist zum Teil leider unbrauchbar matschig und zum Teil vereist. So lasse ich im Dezember 2017, an einem wunderschönen sonnigen und kalten Tag, Ramona ein Pferd in der Wintersonne imaginieren. Wir stehen dazu zusammen mit Capitano auf der Weide, direkt am Tipi Zelt. Sie hat eine Hand auf dem Rücken von Capitano und ich lasse sie, aus ihren Füßen heraus, starke Wurzeln bis tief in den Boden wachsen. Capitano steht ebenfalls tief verwurzelt, im Hier & Jetzt, auf der Weide. Dann lehnt sich Ramona an Capitano, sie nimmt die Arme in die Höhe und lässt aus ihrem Rumpf heraus, einen stattlichen Baum aus sich herauswachsen, mit einer weit in den Himmel ragenden Baumkrone. Ich leite sie an, dass sie sich vorstellen kann, wie die Wurzeln sich einen Weg in die Erde suchen. Der Stamm des Baumes erhebt sich dabei bis zum Himmel, lässt seine Äste und Blätter im Wind bewegen. Ramona nimmt diese imaginative Kraft tief ein, schöpft dadurch Kraft und mein sehr sensibler Capitano bleibt dabei ganz still. Er steht regungslos da, senkt den Kopf dabei und atmet im Rhythmus von Ramona tiefer und tiefer, wird noch ruhiger und beide schließen gleichzeitig die Augen. Eine ganz kraftvolle Energie verbreitet sich und ich kann sie deutlich spüren.

In der nächsten Sitzung müssen wir wegen dem Wetter in der Praxis arbeiten. Ramona nimmt gerne mein Angebot an, die Erfahrungen aus der letzten Sitzung bei Capitano mit Knete, umzusetzen. Sie knetet eine menschliche Figur mit weiblichen Zügen, die eine zweite Figur harmonisch mit vereint. Sie hat dabei ihre Augen geschlossen. Die Form der Figur ähnelt einer Statue, die auf der Fensterbank meiner Praxis steht. Es fällt mir schwer diese energetische Arbeit mit Worten zu beschreiben. Es herrscht eine sehr ruhige und besinnliche Atmosphäre in dieser Sitzung. Ramona befand sich in einer ganz besonderen Kraft und schien die Imagination auf der Weide fortzusetzen. Mit ihren Händen, die die Knete formten, kam sie in einen sehr tiefen Kontakt mit sich selbst. Sie kam auf liebevolle Weise zu sich selbst und ihrem ganz jungen, verletzten "Ich" und brachte die Anteile in Harmonie. Ich konnte förmlich spüren wie sie auf eine neue, liebevolle Form in Berührung mit ihrer Weiblichkeit kam.

Es kam dann die letzte Sitzung vor meinem Weihnachtsurlaub in 2017, und dort formulierte Ramona erstmals den Wunsch, bei der Tante ausziehen zu wollen. Sie überlegte, ob sie das Angebot der betreuten Jugendgruppe ab

Januar 2018, annehmen wollte. Sie hatte jedoch Angst vor Ablehnung und möglichen Ärger mit anderen jugendlichen Bewohnern. Seitens der Tante, der pädagogischen Mitarbeiter der Schule und der Ämter entstand in dieser Zeit immenser Druck auf Ramona, die alle für den Umzug in die Pflegefamilie waren. Sie erzählte mir eine Geschichte, die sie geträumt hatte, wo die dortigen Pflegeeltern sie misshandeln und sie als Sklavin für die jüngeren Bewohner halten würden. Ich hörte ihr geduldig zu und versuche sie zu ermutigen in ihre Wünsche und Visionen zu gehen. Die Weihnachtstage verbringt sie mit Tante, deren Lebenspartner und ihrer Schwester mit kleiner Tochter. Ramona hat in diesen Tagen Geburtstag und wird Ende Dezember 16 Jahre. Der Umzug in die Pflegefamilie wird erstmal auf Februar 2018 verschoben.

Ab Mitte Januar 2018 arbeiten wir wieder mit Capitano. Sie darf Capitano an ein langes Seil nehmen und sie kann ihn mit ihrer Energie um sich kreisen lassen. Capitano dehnt sich dabei, geht im Schritt und lässt seinen Hals fallen. Capitano zeigt sich bei ihr sehr durchlässig und folgt der Energie. Sie kann ihn stoppen in dem sie sich in „ihre Wurzeln fallen lässt“. Sie macht die Erfahrung, dass Capitano vertrauensvoll ihrer Hand und ihrer Energie folgt. Dann gehen wir ins Tipi und machen ein wärmendes Feuer. Ich gebe ihr den Zeichenblock und Wachsmalstifte und sie malt sich neben Capitano, als bleiches, zerbrechliches, kleines Mädchen. Sie weint dabei. Ich zeige und erkläre ihr eine Matrjoschka. Matrjoschka, im Deutschen auch Matroschka oder irrtümlicherweise auch Babuschka-Puppe, sind aus Holz gefertigte und bunt bemalte, ineinander schachtelbare, eiförmige russische Puppen. Es handelt sich dabei um Holzpuppen, die auf Grund ihrer kleiner werdenden Größe so ineinander geschachtelt werden können, dass von außen nur eine Puppe sichtbar ist. Besonders gute Erfahrungen habe ich mit diesen Holzpuppen, in der Arbeit mit traumatisierten Klienten gemacht. Auf die genaue Arbeit mit den Puppen werde ich jetzt hier nicht eingehen, sondern es verkürzen. Während Ramona mit den Puppen spielt und sie auseinander baut und sage ich ihr, dass es nun vielleicht an der Zeit ist, dieses kleine Mädchen und das "innere Kind" liebevoll an die Hand und in die Arme zu nehmen. Wir überlegen gemeinsam, was das kleine Kind (bzw. die kleinen Kinder) vielleicht sonst noch brauchen könnten, denn Ramona kennt diese kleinen Kinder am besten. Ramona überlegt und spürt tief nach, wie und womit sie, für sich, und für die kleine Ramona gut sorgen könnte.

Es entsteht für Ramona das Bild, dass es gut für "Beide" wäre, in die Pflegefamilie zu ziehen, da sie sich bei ihrer Tante immer wieder sehr klein, wütend und ohnmächtig elend fühlt. Sie zieht Anfang Februar in die Wohngruppe.

Sie darf weiter die Sitzungen bei mir machen und wir machen Spaziergänge mit Capitano, da der Reitplatz nicht zu gebrauchen ist. Ramona beginnt über die sexuellen Übergriffe durch den Vater zu erzählen. Wie er sich nachts an ihr Kinderbett geschlichen hat und sich neben sie legte. Ramona bekommt die Bilder, dass ihre Mutter es gesehen hat, aber ihr nicht geholfen hat. Zudem lebte damals bereits der letzte Lebenspartner ihrer verstorbenen Mutter in der Einliegerwohnung des Hauses und Ramona hat

gesehen, wie ihre Mutter und dieser Mann miteinander sexuell verkehrten. Dann wurde der leibliche Vater verurteilt, kam ins Gefängnis und der andere Mann zog in die Hauptwohnung des Hauses. Ihr wird klar, dass viel Alkohol von den Erwachsenen getrunken wurde und diverse Männer und Frauen oft in der Nacht im Haus waren. Ihre größere Schwester war bei den Nachtaktivitäten anwesend. Ramona musste während der Grundschulzeit ohne Frühstück in die Schule, da die Mutter noch am Schlafen war. Ich vermute hier liegen die ersten Verbindungen zu der Essstörung von Ramona. Die Mutter legte ihr immer Geld auf den Tisch, damit sie sich in der Schule Essen kaufen konnte. Ramona kaufte damit meistens Süßigkeiten für die Schule und für den Tag. Es wird klar, dass hier die Ursache dafür liegt, nicht mit Lebensmitteln umgehen zu können.

Mittlerweile wohnt Ramona in der Pflegefamilie und teilt sich ein Zimmer mit einem anderen 16-Jährigem Mädchen. Die Pflegeeltern kümmern sich insgesamt um 8 Kinder, im Alter zwischen 4 und 17 Jahren. Es gibt klare Regeln und Aufteilungen der Arbeiten im Haus. Ramona berichtet mir, dass sie selbständig sehr gerne den Kochdienst übernimmt. Sie mag jedoch zwei der Mädchen in dem Haushalt nicht so gerne, da sie ihr zu "grenzüberschreitend" sind und verteidigt ihren Individualraum. Sie kann selbständig abklären, dass man an der Zimmertür anklopfen muss, bevor man die Tür öffnet. Sie lernt in Kommunikationen "Nein" in der Gruppe zu sagen, sich abzugrenzen und ihre Regeln aufzustellen.

Es ist jetzt Ende Februar / Anfang März 2018.

In den letzten Tagen hat es hier im Norden viel geschneit, mit Temperaturen bis zu minus 15 Grad, in der Nacht. Capitano und der Herde kann man anmerken, dass dieses Wetter den Pferden zu schaffen macht. In kurzen Zeiten am Tag, dürfen die Pferde auf die schneebedeckten Weiden. Die Pferde im Offenstall sind alle sehr übermütig und geladen. Doch während der Sitzungen mit Capitano kann Ramona die Erfahrung ihrer Fähigkeiten machen, Position zu beziehen und sich bei Capitano bemerkbar zu machen. Sie fühlt sich von ihm verstanden, wenn sie ihn putzt und auf den Reitplatz führt. Sie wird von ihm gehört und sie macht die wichtige Erfahrung, dass mit einer klaren und sanften Willensbekundung, Capitano auf sie reagiert. Diese direkte Erfahrung mit Capitano, dass sie fähig ist, Position zu beziehen und sich bemerkbar machen kann, um damit etwas zu bewirken, ist gerade enorm wichtig.

In der Sitzung vor zwei Tagen, zeigt Ramona, wie sie gelernt hat, mit der eigenen inneren und äußeren Haltung, Capitano anzuhalten und die Richtung zu wechseln. Ich kann spüren, mit welchem klaren Kopf Ramona mit Capitano arbeitet. Ramona spürt ihre neuen physischen wie psychischen Kräfte. Sie ist dabei, diese neu gewonnenen Energien mit in die Konfliktsituation in der Wohngruppe zunehmen. Sie ist sehr klar und kann Position beziehen und geht den Dingen nicht mehr aus dem Weg.

Ramona ist weiterhin in Therapie bei mir.

SONSTIGES & HINWEISE

Die Alltagsbeispiele aus meiner Praxis habe ich für diese Zertifizierung und als Beispiele meiner Arbeit für meine Website natürlich gründlich anonymisiert. Wenn sich jemand wiedererkennt, dann nur, weil er Verhaltensmuster wiedererkennt. Doch nichts davon ist erfunden oder zugespitzt. Es gibt ganz alltägliche Situationen, die dafür sorgen können, dass man in psychische Probleme hineinrutschen kann. Passieren kann es jeder und jedem und in allen sozialen Schichten. Meine Beispiele können daher Hilfen an die Hand geben, wenn Sie sich über Ihre Situation im Leben klarwerden möchten und wie aufgeräumt Sie sich gerade in Ihrem Inneren fühlen. Im halben oder im ganzen Leben.

DIE FALLBEISPIELE DIE ICH VON CAPITANO ERZÄHLEN LASSEN FREI NACH DEM MOTTO VON LEONARDO DA VINCI

"DIE SPRACHE DER PFERDE IST BEGRENZT, ABER WAS SIE DAMIT ZUM AUSDRUCK BRINGEN IST WICHTIG UND NÜTZLICH"

Ich erkläre ausdrücklich, dass die Anwendung und die vorgestellten Maßnahmen aus meiner Praxis ohne eine fachlich qualifizierte Ausbildung nicht stattfinden sollten und auf eigene Verantwortung geschehen würden.

Denn es kann belastend und gefährlich sein, ohne fachliche Begleitung, vor allem im Umgang mit dem Pferd, vielleicht Erinnerungen hervorzurufen, die nicht ohne Grund verdrängt und verborgen wurden.

Meine Beispiele dienen ausschließlich der Illustration und damit zum Abbau von Schwellenängsten vor meinen Methoden mit **mindwind-raidho** ©. Weiterhin weise ich ausdrücklich darauf hin, dass zur Ausübung von Raidho, Hypnose, Körperpsychotherapie, sowie für alle genannten therapeutischen Mittel, unbedingt eine grundlegende und fundierte Ausbildung erforderlich ist.

SCHLUSSBEMERKUNG

Alle Angaben, Methoden und Übungen der Methode Raidho und mindwind sind sorgfältig erwogen und geprüft. Aber Wissen entwickelt sich weiter und Pferde und Hunde sind lebendige Wesen, sowie kräftige Tiere, auf die sich jeder, der mit ihnen umgeht, individuell einstellen muss. Sabina Hirtz übernimmt keinerlei Haftung für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden, die aus der Anwendung der vermittelten und gezeigten Übungen entstehen. Alle Informationen sollen für die Teilnahme an Sitzungen, Ausbildungen, Workshops "mindwind / Raidho" eine Hilfe und Unterstützung sein. Jeder Teilnehmer wird angehalten, die Unbedenklichkeit der Übungen selbst sorgfältig für sich zu prüfen. Auch Gesetze müssen im Umgang mit Pferden, Hunden, bei ihrer Haltung im Reitsport/Therapie beachtet werden.

©Sabina Hirtz am 06. März 2018