

Die IPTh-Jubiläumswochen 2014

Woche 9: Zur Bedeutung und Umsetzung der Abschiedsphase in der Pferdgestützten Therapie – von Susanne Anzeneder

Aus meiner Erfahrung heraus schreiben die Klienten, die wir (zum Teil in Konflikt- oder Krisensituationen) ein Stück auf ihrem Weg begleiten, der Pferdgestützten Therapie (z.B. einem bestimmten Pferd oder dem Therapeuten selber), einen hohen Stellenwert zu. Die entstandene Beziehung kann dabei als emotional bedeutsame Beziehung charakterisiert werden.



Da auch die therapeutische Begleitung mit dem Pferd endlich ist, gilt es, diese entstandene Beziehung angemessen zu verabschieden. Ich möchte der Wichtigkeit des Abschiednehmens hiermit einen besonderen Stellenwert zukommen lassen. Es gilt, die behutsam und mit viel Engagement aufgebaute Beziehung nicht abrupt enden zu lassen, sondern den Klienten **auf die Phase des Abschieds vorzubereiten** und **in der Phase des Abschiednehmens gut zu begleiten**.

Dabei können mit dem Therapieende (das aus unterschiedlichen Gründen hervorgerufen werden kann: Beendigung der Therapie, Abbruch der Therapie, Umzug des Klienten oder Therapeuten usw.) unterschiedliche Zustände assoziiert werden.

Das Therapieende kann für den Einzelnen u.a. sein/bedeuten:

- Verlust
- Ziel
- Aufbruch
- Wandel
- Konflikt zwischen Bindung und Autonomie

In meiner Arbeit (u.a. in der Uniklinik München mit bindungsgestörten und somatoform auffälligen Klienten) hat es sich bewährt, den Abschied bewusst und ausführlich nach ca. 80-90% der geplanten Gesamtstunden anzusprechen und in die Therapie mit aufzunehmen. Damit nimmt die Abschlussphase ca. 10-20% der gesamten Therapiestunden ein. Themen, die in der Abschlussphase aufgegriffen werden sollten, sind u.a.:

- Erleben der Therapiezeit
- Veränderungen der Beschwerden seit Therapiebeginn
- Veränderungen im Alltagsleben des Klienten
- Erfüllung von Erwartungen des Klienten
- Enttäuschung und Schwierigkeiten

Dabei ist es von besonderer Bedeutung, sich – als Therapeut – vor Augen zu halten, dass das Ende einer Therapie für den Therapeuten zum beruflichen Alltag gehört, indem der Therapeut grundsätzlich in seiner Rolle als Therapeut bleibt. Für den Klienten dagegen handelt es sich um eine außergewöhnliche Situation, in der er sich von seiner Rolle als Klient/„Hilfesuchendem“ lösen muss. Eine Beziehung, die unterstützend gewesen ist, muss verlassen werden.

Praktische Umsetzungsmöglichkeiten für diesen Übergang (in der Pferdegestützten Therapie) können wie folgt aussehen:

- Einen **Bilderrahmen** aus gesammelten Materialien bauen/basteln
 - Der Klient hat die Möglichkeit, diesen in der Umgebung des Stalls/Pferde/Reitplatzes aufzuhängen, mit dem Ziel, dass wenn man durch den Rahmen hindurchschaut, den Kraftort/emotional wichtigen Ort für den Klienten wahrnehmen kann



Ein Foto von dem Blick durch den Bilderrahmen machen und dem Klienten als Abschiedsgeschenk mit nach Hause geben...

- Mit dem Klienten gemeinsam die Therapiezeit reflektieren und die entstandenen **Gefühle auf Leinwand festhalten** (z.B. einen Teil der Leinwand für den Beginn der Therapie und einen Teil der Leinwand für den aktuellen Stand/das Ende der Therapie)
- Für uns hat sich auch das Prinzip von „**etwas da lassen**“ und „**etwas mitnehmen**“ bewährt
 - So können die Klienten einen Stein oder eine Pferdesilhouette anmalen und am Hof platzieren und damit ein Stück von sich bei uns lassen



- Und/oder ein Pferdehaar ihres Lieblingspferdes oder ein Foto mit sich und dem Pferd mit nach Hause nehmen
- Eine weitere Möglichkeit ist es, zum Abschied ein **Hufeisen anzumalen** und mit nach Hause zu nehmen,
- ein **Boot aus Papier oder Naturmaterialien** zu basteln, dieses mit Gefühlskärtchen zu füllen (Ängste an die Zeit ohne die Therapie, Wünsche für die Zeit ohne die Therapie usw.) und Flussabwärts zu schicken (z.B. mit einem letzten Ausritt verbindbar)
- Eine **Turnierschleife als Abschiedsgeschenk**
 - = „Medaille“/Anerkennung für den einzigartigen Prozess, den Mut, das Vertrauen, das der Klient während der Therapie aufgebracht hat

Zusätzlich zu diesen praktischen Umsetzungsmöglichkeiten, beginne ich in der Abschlussphase die Abstände zwischen den Therapieeinheiten allmählich zu vergrößern (anstatt 2x/Woche -> 1x/Woche oder anstatt 1x/Woche -> alle 2 Wochen). Dabei geht es darum, dass Leben ohne Therapie in den verlängerten Zwischenräumen zu üben und nicht plötzlich „ohne Alles“ dazustehen. Nach der letzten Therapieeinheit mit dem Klienten erfolgt das abschließende Familiengespräch und die Fertigstellung des Therapieberichtes!

Susanne Anzeneder

Dipl. Pädagogin, Reittherapeutin (IPTTh), Traumatherapeutin (i.A.), Trauerbegleiterin (i.A.)
 Auf Trab – Pferdegestützte Interventionen Südostbayern www.auftrag-sob.de