

WENN PFERDE WUNDEN HEILEN

Therapie In Frauenkappelen bei Bern finden Jugendliche mit psychischen Belastungen durch die Begegnung mit Pferden den Weg zu ihrer inneren Stärke.

Auf einer kleinen eingezäunten Koppel, direkt am Ufer des idyllischen Wohlensees bei Bern, stehen sechs Pferde. Dazwischen sechs Jugendliche, fünf Mädchen und ein Junge. Es ist ruhig, man hört nur den Wind in den Bäumen und ab und zu das Schnattern einer Ente in der Ferne. Ein Mädchen legt zärtlich seine Hand auf den Rücken eines Pferdes, der Junge setzt sich mutig auf den Boden, direkt neben zwei grosse Pferdehufe. Die Atmosphäre ist entspannt. «Das

«Durch die Berührung und Begegnung mit den Pferden können Ängste überwunden und Blockaden gelöst werden.»

Flurina Garcia, Co-Gründerin «Time Out Wohlensee»

ist nicht immer so», flüstert Flurina Garcia (42) und erklärt: «Je nach Energie der Jugendlichen gehen die Pferde manchmal auch regelrecht aufeinander los.»

Die Frau mit den leuchtend blauen Augen steht ausserhalb des Zauns und beobachtet konzentriert. Pferdegestütztes systemisches Coaching nennt sich die Methode, nach der Flurina Garcia arbeitet. Eine Arbeit, die für alle Beteiligten sehr intuitiv funktioniert. Die Pferde, die in ihrer Herde ähnlich organisiert sind wie wir Menschen in unseren Familien, sind sehr einfühlsam und nehmen die feinsten Emotionen wahr. So zeigen sie während eines Coachings beispielsweise symbolisch Verhalten, die für den Menschen in seiner Situation Schlüsselmomente darstellen. «Auf diese Art erhalten wir während der Arbeit mit den Pferden unmittelbar Erkenntnisse, die wir in unser Familien- oder Arbeitsleben übernehmen», erklärt Flurina Garcia.

Ängste überwinden

Hier auf ihrem Hof, im «Time Out Wohlensee», werden Kinder und Jugendliche aufgefangen, die wegen schweren psychischen Belastungen



Im «Time Out Wohlensee» wird ohne Druck gelernt: «Wir sprechen mit den Pferden oft Französisch, so lernen die Schülerinnen und Schüler die Sprache auf spielerische Weise», erklärt Flurina Garcia. Bilder: zvg

die reguläre Schule nicht mehr besuchen können. Manche der Jugendlichen haben zuvor eine längere Zeit in einer psychiatrischen Einrichtung verbracht oder sind suizidgefährdet, andere leiden an einer Essstörung oder verletzen sich selber. Mittlerweile führen die sechs Jugendlichen je ein Pferd über die Koppel. Flurina Garcia gibt dazu einige wenige Anweisungen und es sieht ein bisschen so aus, als würden sie mit den Pferden tanzen.

«Durch die Berührung und Begegnung mit den Pferden können Ängste überwunden und Blockaden

gelöst werden», erklärt die zweifache Mutter. Die körperliche Nähe zum Tier könne oft auch dicke Schutzwände durchbrechen und die Jugendlichen erhalten so mehr Selbstvertrauen, lernen sich abzugrenzen und im Alltag besser mit Druck umzugehen. Besonders wichtig ist es Flurina Garcia, dass auch die Eltern sich auf diese Arbeit einlassen und sich mit ihrer eigenen Familiengeschichte beschäftigen: «Oft übernehmen die Kinder unbewusst Gefühle oder Glaubenssätze der Eltern. Das zu erkennen, kann für die ganze Familie von Bedeutung sein.»

Einmal pro Woche stehen deshalb Einzel- und Familiencoachings auf dem Programm, wo die Erkenntnisse dann gemeinsam besprochen werden können.

Eine Auszeit in der Natur

Flurina Garcia hat 14 Jahre unterrichtet, davon sieben Jahre an der Kinder- und Jugendpsychiatrie (KJPD). Schon während dieser Zeit habe sie mit den Kindern einmal pro Woche einen Ausflug zu den Pferden auf dem Hof am Wohlensee gemacht. «Ich bin hier aufgewachsen und habe bereits als Jugendliche anderen Kindern Reitunterricht gegeben, die Arbeit mit den Pferden liegt mir sozusagen im Blut», sagt sie lachend. Nach einer Weiterbildung im pferdegestützten systemischen Coaching hat Flurina Garcia dann vor fünf Jahren gemeinsam mit ihrem Mann Manuel Garcia das «Time Out Wohlensee» aufgebaut.

Auf dem täglichen Programm steht neben der Arbeit mit den Pferden auch der aktuelle Schulstoff. Flurina Garcia löst mit den Schülerinnen und Schülern etwa Mathematikaufgaben, Manuel Garcia, der als Erwachsenenbildner auch an der Volkshochschule unterrichtet, übernimmt unter anderem die Fremdsprachen. Gelernt wird an einem grossen Tisch in der Gemeinschaftsküche oder draussen in der Natur. Das Ziel ist bei allen Kindern und Jugendlichen der Wiedereinstieg in die Schule. Manchmal reichen dafür ein paar Wochen, manchmal braucht es sechs Monate oder mehr. «Bis jetzt konnten alle Schülerinnen und Schüler nach der Zeit bei uns eine Anschlusslösung finden, ihre Probleme haben sich während dem Aufenthalt hier teilweise gelöst, und die familiäre Situation hat sich entspannt.»

Von der Krankenkasse ist das pferdegestützte systemische Coaching nicht anerkannt, jedoch finanzieren der Kanton und die Invalidenversicherung (IV) drei bis sechs Monate. «Von vielen Jugendlichen erhalten wir nach Monaten Besuch oder Post und es ist immer schön zu sehen, wie viel sich durch die Arbeit mit den Pferden über die Zeit danach positiv verändern kann», sagt Flurina Garcia.

Yolanda Bürdel