

Helfende Herzen- Tröstende Hufe

Praxisberichte aus der tiergestützten
Trauerbegleitung und der
traumapädagogischen Arbeit mit
Pferden

Mein Team



Kimba

Maya

Nemo

Perla



Inklusion einmal anders
Traumapädagogische
Einheiten
Trauerbegleitung am
Pferd

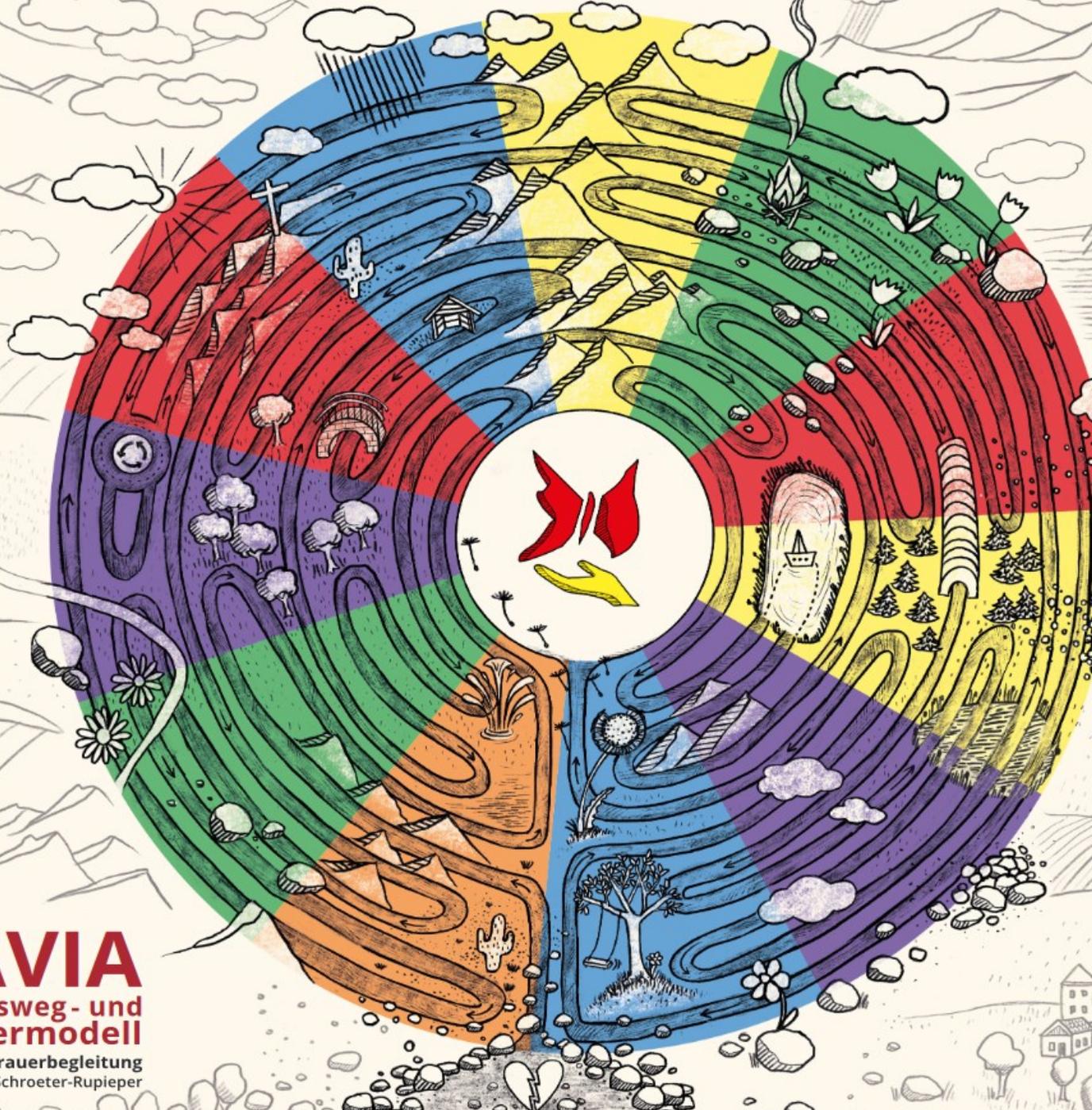
- *Wie alles begann....*

- "Ein gebrochenes Herz ist nicht das Ende. Wenn wir etwas verlieren, dass wir vom ganzen Herzen lieben, kommt nicht das Ende, sondern die Trauer !"
- Mechthild Schroeter Rupieper





	Funktionieren
	Begreifen
	Akzeptieren
	Fühlen
	Veränderung
	Beziehungsort




LAVIA
 Lebensweg- und
 Trauermodell
 Familientrauerbegleitung
 Mechthild Schroeter-Rupieper

- Ziel der Trauerarbeit ist, dass das Weiterleben ohne den Beeinträchtigten Schmerz, dafür mit Zuversicht und neu überdachten Lebensperspektiven möglich wird.

Die Trauer darf immer da sein, wenn sie benötigt wird.
Der Verlustschmerz solle vergehen



Trauer ist individuell

- Das Leben Verläuft nicht immer sanft auf einer Ebene, sondern bringt Höhen und Tiefen mit sich, auf die kleine und große Menschen vorübergehend unterschiedlich psychosomatisch reagieren können.
- Dort gesehen zu werden ist für den weiteren Werdegang hilfreich!

Trauer Bullshit Bingo

Bingo, schon wieder eine blöde Phrase,
die du lieber nicht gehört hättest!

Wie, du
trauerst
immer noch?!

Das Leben
geht weiter.

Du musst
loslassen!

Ich weiß genau,
wie du dich
fühlst (mein
Haustier ist
gestorben / ich
bin geschieden).

Alles wird
wieder gut.

Du hast
ja noch
ein Kind.

Du konntest
wenigstens
Abschied
nehmen.

Es war
besser so.

Du kannst
mich jederzeit
anrufen!

Du musst
nach vorne
schauen!

Die Zeit heilt
alle Wunden.

Du bist nicht
die einzige
Person, die
Probleme hat.

Geh mal
wieder unter
Leute!

C'est la vie!

Du findest
einen neuen
Partner / Du
kannst noch
andere Kinder
haben.

Wenigstens
ging es
schnell.

Irgendwann
muss es doch
auch mal gut
sein mit
der Trauer.

Jetzt leidet
er/sie
wenigstens
nicht mehr.

Irgendwann
wird es
leichter.

Du musst
jetzt
stark sein!

Du musst
wieder mehr
Leichtigkeit
in dein Leben
lassen!

Er/sie
hätte nicht
gewollt,
dass du
traurig bist.

Du musst
auch wollen,
dass es
besser wird...

Das wäre
ja kein
Leben mehr
gewesen.

Lenk dich
doch mal ab!

Kinder trauern anders

- Wann rede ich mit Kindern über den Tod?
- Wann sage ich ihnen, dass es die Farbe Gelb gibt?
- Kinder brauchen einen natürlichen Umgang mit dem Tod
- Vorbilder an denen sie sich orientieren dürfen
- Kinder springen in eine Trauer Pfütze und essen ein paar Minuten später zufrieden ein Eis

Verschiedene Übungen

- Abschiedsbrief schreiben an der Koppel vorlesen
- Rettungsring
- Dankbarkeit
- Gepäck ablegen



Mein Rettungsring für stürmische Zeiten

- Aktivitäten, mit denen ich mich ablenken kann
- Menschen, die ich anrufen kann
- Wahrnehmungsaufgaben, die mich schnell aus den schmerzhaften Gedanken holen
- Dinge, die mir sonst noch helfen

- Trauer aufgrund von einem liebenswerten Verlust darf uns lebenslang begleiten. Sie muss nicht verschwinden, hat sie doch etwas mit Liebe und der eigenen Geschichte zu tun. Aber sie darf sich verändern und sollte auf Dauer nicht den anderen Gefühlen den Raum nehmen, der auch ihnen gebührt-so wie andere Gefühle auch der Trauer Platz machen dürfen, wenn es Notwendig ist.

- Einheiten sollte immer positiv enden.
- Was kann mir in der nächsten Zeit gutes tun?
- Was habe ich heute, morgen noch vor?
- Wer oder was tut mit gut?
- "Anders gut"





Wie das Pferd spiegelt

- Die Forschung hat gezeigt, dass Menschen viele physiologische Vorteile in der Interaktion mit Pferden erfahren, darunter Senkung des Blutdrucks und der Herzfrequenz, geringes Schmerzempfinden, verringerte Stresswerte, und gesteigerte Gefühle von Selbstbestimmung und Vertrauen. Eine Erklärung kommt vom Haert Math Institut, welches herausgefunden hat, dass das elektromagnetische Feld, das vom Herzen eines Pferdes ausgeht, fünfmal größer, als das des Menschen ist, wesentlich stärker ist und den Herzrhythmus des Menschen beeinflussen kann. Und das das Pferd in der Regel einen kohärenten Herzrhythmus hat, was auf ein Wohlfühlen und innere Ruhe hindeutet sowie auf ein effizientes Anpassen an Stresssituationen und schnelle Erholung, überträgt sich diese Ruhe und Ausgeglichenheit auf den Menschen.





Work Life Balance Pferde

- Osteopathie
- Zahnarzt
- Ruhezeiten
- Ausritte, Kutsche fahren, Bodenarbeit, Spaziergänge, Zirkuslektionen
- Ein wachsames Auge

Austausch..... Fragen.....

Sonstiges?

