

INSL - PFERDE - PSYCHOLOGIE

Die Psychologie und das Pferd
Das Pferd in der Psychologie

"Das Pferd ist Dein Spiegel.

Es schmeichelt Dir nie.
Es spiegelt Dein Temperament.
Es spiegelt auch Deine Schwankungen.
Dein Pferd weiß um Dich:
es weiß, ob Du gut geschlafen hast zur Nacht,
ob Du zerstreut oder gesammelt,
ob Du fröhlich oder traurig,
ob Du vertrauend oder in Zweifeln bist."

R. Binding, 1927



Und darum nutzen wir das Pferd für:

- die psychologische Arbeit mit Kindern und Erwachsenen (hyperaktiv, ängstlich, unsicher, etc.);
- mentales Training und Coaching für (Turnier-)Reiter;
- Angstabbau z. B. nach Stürzen oder vorn Geländereiten;
- Selbsterfahrung und Persönlichkeitsentwicklung





Aus der Praxis:

Meine „Fälle“ werden diagnostisch vorbereitet, die Ziele und Interventionen gemeinsam geplant, durchgeführt und evaluiert.

Bei den Interventionen, in denen die Pferde pädagogisch, bzw. therapeutisch herangezogen werden, geht es z.B.

- um die Art und Weise einer Kontaktaufnahme,
- die Überwindung von Angstgefühlen,
- Förderung von Sensorik,
- Kommunikationsverhalten,
- Aufbau von Selbstvertrauen.

- So sieht z.B. ein 36-jähriger Klient, Leiter einer Bankfiliale, das Pferd als symbolisch für sein Leben, welches er zu zaghaft angeht, nicht entschlossen genug die Führung dafür übernimmt, sich vom Pferd/Leben führen lässt. Er lernt das Pferd zu reiten und nimmt gleichzeitig auch sein sonstiges Leben immer mehr aktiv in die Hand.
- Ein 13-jähriger begabter Schulschwänzer aus „schwierigem“ Haus lernt, seine Trauer- und Zorngefühle zuzulassen beim „Kuscheln“ mit den freundlichen Tieren und als er sich traut, sich auf den Rücken des Pferdes zu legen und die Augen zu schließen.
- Eine 17-jährige essgestörte junge Frau lernt, ihre Unzufriedenheit, Feigheit und „Zickigkeit“ verstehen und überwinden zu lernen durch die sensiblen Reaktionen der ebenfalls „zickigen“ Jungstute.
- Sogar in der Erziehungsberatung eines Paares konnte einmal eine Videoaufnahme der Interaktion eines Ehepaares mit dem simplen Auftrag, die Hufe der Islandstute anzuheben, interessante Muster deutlich machen und im anschließendem reflektierenden Gespräch bearbeitet werden.
- Ein beziehungsängstlicher, sehr dominanter, großer, kräftiger, 55-jähriger erfolgsgewohnter Mann mit psychosomatischen Beschwerden (Bluthochdruck, Angstgefühle, Sodbrennen) übt Wahrnehmung und Einfühlungsvermögen, indem er das kleine Scheckpony ohne Führstrick führen soll.
- Ein ängstliches 10-jähriges Mädchen entwickelt Kompetenzbewusstsein und Selbstvertrauen, als es sich traut, durch die Beine der schwarzen Stute hindurchzukrabbeln und über die Kruppe sich runterrutschen zu lassen.

Es klingt so einfach und ist doch so spannend!

Die Arbeit mit den Tieren ist unglaublich bereichernd und faszinierend. Man muss es einfach einmal erleben, was diese sensiblen, freundlichen Tiere in uns heilen können. Es ist wirklich so: Wir spiegeln uns in ihnen, ganz direkt und unverblümt erhalten wir ein Feedback, aus dem wir lernen können.

Meist findet die erste Begegnung auf der Weide oder im Stall, je nach Ziel oder Wetter, statt. Nur in den seltensten Fällen geht es darum, das Pferd tatsächlich zu reiten.

Der größte Teil der Arbeit findet in dem geschützten Raum des Anbinde- und Sattelplatzes statt, ein kleinerer auf der Weide oder tatsächlich beim Reiten. So haben durch die Arbeit mittlerweile der erstgenannte Mann und die unzufriedene Frau zum Reiten gefunden. Darum geht es jedoch nicht in erster Linie aus therapeutischen Überlegungen heraus. Ergänzt bzw. unterstützt wird die Arbeit durch NLP-Methoden, Testdiagnostik, Trancearbeit, etc.

Außerdem biete ich als anerkannte Präventionsmaßnahmen Stressbewältigung und Entspannungstrainings an. Es gibt hier Kurse für Schüler, die auch an Schulen durchgeführt werden, sowie Kurse hier im Hause.





Das **INSTITUT FÜR SYSTEMISCHES LERNEN** wurde in der Absicht gegründet, einen Rahmen für psychologische Allgemeinbildung zu schaffen. Unser Ziel ist es, auf kurzen und effektiven Wegen den Menschen interessante Informationen, Wissen und Fähigkeiten zu vermitteln. Diese sollen helfen, vielfältige alltägliche und berufliche Situationen besser verstehen zu lernen, um flexibler, erfolgreicher und mit mehr Leichtigkeit und Freude darauf reagieren zu können, sie besser zu managen.

Lernen geschieht leicht und von alleine, wenn Menschen von kompetenten Fachkräften (Menschen und Pferde) betreut werden und sich wohl und willkommen fühlen. Dies möchten wir hier umsetzen, so dass Sie mit einem guten Gefühl und neuen Ideen wieder nach Hause gehen. Das ist unser Ziel.

- Praxis für Gesundheit und Kommunikation

Einzel- und Paarberatungen, Therapien und psychopädagogische Workshops, Vorträge und Seminare rund um Themen von Gesundheit, Erziehung und Partnerschaft

- Forum für Kommunikation und Selbstmanagement

Trainings, Fortbildungen, berufsbezogene Beratungen und Coachings



Ich heiße Petra Katz, Jahrgang 1964 und bin promovierte Diplom-Psychologin mit Zulassung zur Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz und international anerkannter NLP-Lehrtrainerin. Neben 9 Jahren in Forschung und Lehre an verschiedenen Unis und in verschiedenen Ländern bin ich - zunächst nebenberuflich, seit 1999 hauptberuflich – selbständig praktisch tätig mit Trainings, Coachings, Supervision, Diagnostik, Beratung und Psychotherapie.

Mit dem Isi-Virus wurde ich 1994 angesteckt, als ich zur Hochzeit eine kleine Isistute einjährig bekam, meine Karlotta (Lotta), die ich immer noch habe. Das Reiten hat mir allerdings erst sehr viel später meine Freydis beigebracht, die ich ebenfalls nie mehr hergebe. Sie ist heute mit viel Freude mein liebstes „Therapiepferd“. Meine drei Kinder Cora, Maria und Aaron sind alle auch infiziert. Es ist sehr ansteckend!

Wir haben übrigens wechselnd zwischen 6 und 10 Islandpferde, züchten selbst ein wenig (ein bis zwei Fohlen im Jahr), mal auch ein „normales“ Pony dazwischen. Unser Bauernhof liegt bei Steinfeld, ca. 40 km nördlich von Belm nahe der A1.

Wer mehr erfahren will, kann das nachlesen unter www.insl.de oder einfach fragen: pkatz@insl.de oder anrufen 05492-7437 oder faxen 05492-981244 oder schreiben oder herkommen: Harpendorfer Weg 5a, 49439 Steinfeld!



Aus der Praxis:

Meine „Fälle“ werden diagnostisch vorbereitet, die Ziele und Interventionen gemeinsam geplant, durchgeführt und evaluiert.



Bei den Interventionen, in denen die Pferde pädagogisch, bzw. therapeutisch herangezogen werden, geht es z.B.

- um die Art und Weise einer Kontaktaufnahme,
- die Überwindung von Angstgefühlen,
- Förderung von Sensorik,
- Kommunikationsverhalten,
- Aufbau von Selbstvertrauen.

- So sieht z.B. ein 36-jähriger Klient, Leiter einer Bankfiliale, das Pferd als symbolisch für sein Leben, welches er zu zaghaft angeht, nicht entschlossen genug die Führung dafür übernimmt, sich vom Pferd/Leben führen lässt. Er lernt das Pferd zu reiten und nimmt gleichzeitig auch sein sonstiges Leben immer mehr aktiv in die Hand.
- Ein 13-jähriger begabter Schulschwänzer aus „schwierigem“ Haus lernt, seine Trauer- und Zorngefühle zuzulassen beim „Kuscheln“ mit den freundlichen Tieren und als er sich traut, sich auf den Rücken des Pferdes zu legen und die Augen zu schließen.
- Eine 17-jährige essgestörte junge Frau lernt, ihre Unzufriedenheit, Feigheit und „Zickigkeit“ verstehen und überwinden zu lernen durch die sensiblen Reaktionen der ebenfalls „zickigen“ Jungstute.
- Sogar in der Erziehungsberatung eines Paares konnte einmal eine Videoaufnahme der Interaktion eines Ehepaares

mit dem simplen Auftrag, die Hufe der Islandstute anzuheben, interessante Muster deutlich machen und im anschließendem reflektierenden Gespräch bearbeitet werden.

- Ein beziehungsängstlicher, sehr dominanter, großer, kräftiger, 55-jähriger erfolgsgewohnter Mann mit psychosomatischen Beschwerden (Bluthochdruck, Angstgefühle, Sodbrennen) übt Wahrnehmung und Einfühlungsvermögen, indem er das kleine Scheckpony ohne Führstrick führen soll.
- Ein ängstliches 10-jähriges Mädchen entwickelt Kompetenzbewusstsein und Selbstvertrauen, als es sich traut, durch die Beine der schwarzen Stute hindurchzukrabbeln und über die Kruppe sich runterrutschen zu lassen.

Es klingt so einfach und ist doch so spannend!

Die Arbeit mit den Tieren ist unglaublich bereichernd und faszinierend. Man muss es einfach einmal erleben, was diese sensiblen, freundlichen Tiere in uns heilen können. Es ist wirklich so: Wir spiegeln uns in ihnen, ganz direkt und unverblümt erhalten wir ein Feedback, aus dem wir lernen können.

Meist findet die erste Begegnung auf der Weide oder im Stall, je nach Ziel oder Wetter, statt. Nur in den seltensten Fällen geht es darum, das Pferd tatsächlich zu reiten.

Der größte Teil der Arbeit findet in dem geschützten Raum des Anbinde- und Sattelplatzes statt, ein kleinerer auf der Weide oder tatsächlich beim Reiten. So haben durch die Arbeit mittlerweile der erstgenannte Mann und die unzufriedene Frau zum Reiten gefunden. Darum geht es jedoch nicht in erster Linie aus therapeutischen Überlegungen heraus. Ergänzt bzw. unterstützt wird die Arbeit durch NLP-Methoden, Testdiagnostik, Trancearbeit, etc.

Außerdem biete ich als anerkannte Präventionsmaßnahmen Stressbewältigung und Entspannungstrainings an. Es gibt hier Kurse für Schüler, die auch an Schulen durchgeführt werden, sowie Kurse hier im Hause.