



HALLO, mein Name ist Bosse,

Mein Zuhause liegt im schönen Schleswig-Holstein, in einem Ort namens Kolkerheide. Hier gibt es einen Hof, den „Schlehenhof“ - warum er so heißt, weiß ich auch nicht genau - aber meine Arbeitgeberin, Kirsten Wegner-Thomsen, könnte euch das bestimmt erzählen. Ich wohne hier zusammen mit einigen Kollegen, diese heißen Felina, Rih Tara, Teddy, Bubi, Bibi und Shaggy - und alle arbeiten wir in der Reittherapie und im Coaching. Es gibt auch noch einige andere Kollegen hier auf dem Hof (die vielen Namen kann ich mir leider alle gar nicht merken), aber es sind Kaninchen, Schafe, Esel und Hunde - auch diese arbeiten hier mit Menschen. Hmm, also eigentlich bin ich sogar so etwas wie der Vorarbeiter hier, aber das erkennt ihr ja auch an meinem Namen: „Bosse“ von „der Boss“ - singen, wie mein Namensvetter (Bruce Springsteen) kann ich zwar nicht, aber dafür habe ich eine Menge anderer Fähigkeiten - denn durch meine Lebens- und Berufserfahrung kann ich jetzt „coachen“ - das ist ein echt cooles Wort, findet ihr nicht?

Im Nachfolgenden möchte ich euch hier ein bisschen über meine Tätigkeit auf dem Schlehenhof berichten:

Auf unseren Hof kommen ganz unterschiedliche Menschen aller Altersgruppen, die aber eines gemeinsam haben: Sie suchen Hilfe, weil sie z. B. ein Problem mit sich oder in Bezug auf andere Menschen haben. Kirsten zeigt ihnen zunächst den Hof mit allen Tieren, und dann stellt sie mich ihnen vor. Ich gehe dann zusammen mit ihnen z. B. in den Roundpen, auf den Reitplatz oder auch auf den Trailplatz - je nach Erfahrung des „Klienten“, wie Kirsten die Menschen, die zu uns kommen, nennt.

Nun wird es regelmäßig spannend, denn es gibt Klienten, denen wird erst in diesem Moment meine Größe richtig bewusst! Manche sacken in sich zusammen, andere weichen auch von mir zurück. Wieder andere Klienten kommen laut auf mich

zugelaufen und wollen mich in Bewegung bringen. Wenn sie dieses tun, dann setze ich mich auch prompt in Bewegung und werde immer schneller. Sollten sie sich davon nicht beeindrucken lassen und von selbst wieder ruhiger werden, gibt es drei Phasen durch die ich ihnen mitteile, dass ich das gar nicht ausstehen kann:

Phase 1: Ich lege die Ohren an und senke den Kopf.

Phase 2: Ich drehe ihnen meine Hinterhand zu, reiße den Kopf hoch und quietsche.

Phase 3: Ich keile aus, denn nun ist meine Geduld am Ende.

Es gibt übrigens auch Artgenossen von mir, die sind richtig gefährlich - sie machen sich groß und schlagen, beißen und treten. Die wohnen aber nicht auf unserem friedlichen Schlehenhof - und die sind auch keine Co-Therapeuten!

So weit würde es Kirsten aber auch nicht kommen lassen, denn wenn der Klient nicht versteht, was ich ihm sagen will, dann erklärt sie ihm meine Sprache und zeigt, wie es richtig geht. Oft brauchen die Klienten dann trotzdem noch ein wenig Unterstützung, um unsere Pferdesprache besser zu verstehen. Es geht dabei um feine Beobachtungen, denn wir Pferde sprechen während unserer Arbeit mit den Klienten ja nicht mit unserer Stimme, sondern drücken unsere Sprache durch unseren Körper aus, unter anderem durch das Ohrenspiel, die Kopfhaltung und den Blick. Es sind nur sehr kleine Gesten, die wir verändern, wenn der Klient richtig mit uns arbeitet, darauf weist Kirsten dann in dem Moment hin, in dem wir diese Veränderung zeigen. Den Klienten wird es dadurch immer besser verständlich, wie wir reagieren. Ich bin mächtig stolz darauf, dass ich den Klienten meine Sprache beibringen darf, denn da ich die Menschengsprache ja nicht lernen kann, geht es nur so herum. Wenn die Klienten dann gelernt haben, durch ihre Mimik, Gestik und Körperhaltung zu mir zu sprechen, dann klappt es auch, wie Kirsten so schön sagt, mit dem „Nachbarn“ (Ich glaube, dass ist ein Insider aus der Werbung - ihr wisst bestimmt, was sie damit meint). Wenn wir, also der Klient und ich, uns dann besser verstehen (weil er gelernt hat, mich und auch sich besser zu verstehen), dann gehe ich überall mit ihm hin - ohne das man mich festhalten muss. Denn bei einem Menschen, der meine Sprache spricht und mich versteht, fühle ich mich wohl und möchte bei ihm sein. Aber wehe wenn er mich nicht mehr beachtet oder aufhört mit mir „zu sprechen“ - dann habe ich auch schnell keine Lust mehr! Denn es ist wie im wahren Leben: Nimmst du mich nicht mehr wahr, werde ich dir auch nicht mehr folgen und vertrauen - denn das Leben kann ziemlich gefährlich sein, und nur gemeinsam sind wir stark und sicher.

Wenn die Klienten dann nach dem Coaching wieder nach Hause gehen, nehmen sie ihr eigenes Handeln und ihre Wirkung auf mich - und auch auf andere Menschen - besser wahr. Sie haben Fähigkeiten an sich entdeckt, von denen sie nichts wussten - oder besser gesagt, die irgendwo in ihnen versteckt waren. Das tut ihnen gut, macht sie stärker, sie werden sich ihrer selbst mehr bewusst. Gerne kommen sie dann nochmal wieder, weil sie mehr über sich lernen wollen und Spaß daran haben, mit mir zu sprechen. Und sie erzählen dann, dass es jetzt Zuhause besser läuft, oder auch in der Schule oder auf der Arbeit. Ich bin immer ganz stolz, wenn ich merke, dass ich wieder Jemandem helfen konnte. Und außerdem bringen die Menschen mir zum Dank auch regelmäßig etwas Leckeres mit, z. B. Möhren, trockenes Brot oder auch eine Banane. Sie schließen mich dann richtig in ihr Herz, und ich fühle mich richtig gut - und wichtig, weil ich noch so eine tolle Aufgabe habe und den Menschen helfen darf - hurra!!!

Euer Bosse

Ausbildung zur Fachkraft für soziale Interaktion mit Tieren

(zertifiziert durch Dachverband für tierbegleitete Arbeit, Förderung & Fortbildung e.V.)

Diese Fachkraft unterstützt Menschen jeden Alters in hilfebedürftigen Lebenssituationen mithilfe unterschiedlicher Tiergattungen. Durch Unterstützung der Tiere schafft sie einen besonderen Zugang zu ihren Klienten, führt diese z. B. zurück zu ihren Emotionen, löst Ängste und begleitet dann ihre Klienten dabei, neue Wege zu beschreiten. Persönlichkeitsentwicklung, Seniorenarbeit oder Führungskräfte training sind wichtige und erfolgreiche Arbeitsfelder.

Einführungs-Wochenende Schwerpunkt Pferd:

19. – 21. Sept. 2014 (Fr. – So), Schwerpunkt Hund im März 2015

Nähere Infos: Regionalstelle Elmshorn; Homo Vitalis Institut Nancy Holst

Tel. 04121/7013002 info@homo-vitalis.de • www.homo-vitalis.de

oder: Dachverband für tierbegleitete Arbeit, Förderung & Fortbildung e.V.,

Frau Kirsten Wegner-Thomsen (1. Vorsitzende) 25862 Kolkerheide

Telefon: +49-04673-962676 E-Mail: vorstand@dv-taff.de



Foto: Kirsten Wegner-Thomsen

Glück gehabt!

Ein Essay von Hayo Schweimler

„Da hast du ja mächtig Glück gehabt – das wär beinahe böse ins Auge gegangen. Du musst einen Schutzengel haben, dass dir nichts passiert ist!“

Nach diesen Worten denke ich über den Ausdruck „Glück“ intensiv nach. Meine Vorstellung von „Glück haben“ ist, glücklich zu sein. Ich bin aber nur erleichtert, dass nichts und niemand zu Schaden gekommen sind. Das Wort Glück wird häufig im Zusammenhang mit positiven Lebensereignissen gebraucht, die sich unserem Einfluss und damit unserer Kontrolle entziehen. Der glückliche Lottogewinner, der Glücksklee, Hans im Glück, ein glückliches Händchen. Alle diese Glücksattribute haben eines gemeinsam: Sie werden durch ein zufälliges Geschehen generiert. Nun wird der kritische Leser einwenden, dass es bei einer ganzheitlichen Betrachtung der Lebensereignisse aller Erdbewohner eine universelle Vorbestimmung gibt, und er hat damit auch nicht so ganz unrecht. Freud und Leid halten sich in etwa die Waagschale.

Habe ich Glück gehabt, dass bei mir vor elf Jahren Parkinson diagnostiziert wurde und kein ALS? Kann man von Glück sprechen, wenn man eine Insolvenz schadlos hinter sich gebracht hat? Es gibt immer Lebensumstände, die Schlimmeres bewirken, als die eigene Misere. Hier setzt für mich der wahre Glück-Begriff an. Wenn ich den Blick dafür schärfe, was um mich herum noch alles passiert und mir meiner Stellung im ganzen Geschehen bewusst werde, dann kann ich an den sogenannten Umgebungsvariablen des Glücks arbeiten. Ich werfe mal ein paar Schlagworte aufs Tapet: Zufriedenheit, Gelassenheit, Liebe, Zuversicht, Selbstsorge und Demut. Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Die



Hajo Schweimler ist Autor, Mediator und Personaltrainer; er war u.a. Finisher beim Iron Man auf Hawaii; Deutscher Aerobicmeister, Personaltrainer in Hollywood und Fitnessberater von Hannover 96. Seit der Erkrankung an Parkinson orientiert er seine Arbeit in der Gesundheitskultur. Wir werden mit ihm und Peter Arno Frei gemeinsame Projekte entwickeln.

zuerst genannten Attribute sind erlernbar, erfahrbar oder vererbbar. Die Vergangenheit können wir nicht mehr ändern, wir können sie höchstens in einem anderen Licht betrachten. Der Blick in die Zukunft ist in den meisten Fällen ebenfalls recht nebulös, gibt es doch zu viele Unwägbarkeiten, um eindeutige Zukunftsprognosen zu erstellen. So bleibt die Gegenwart als Zeitfenster zum Glück. Voraussetzung dafür ist allerdings, dass ich nicht mit meinem Schicksal hadere, sondern die Dinge, die hinter mir liegen, als das sehe, was sie sind: meine Vergangenheit. Mein Erfahrungsschatz, ja meine Weisheit haben hier ihren Ursprung. Doch nur wenn ich ohne Wehmut durch meine Vergangenheit spazieren kann und sie als Schatzkästchen betrachte, gelingt mir das Ankommen in der Gegenwart. Dieses Dasein oder besser da sein wiederum ist eine unabdingbare Voraussetzung für das Erleben des „Glücks“. Weshalb soll ich mich darüber grämen, dass ich die Diagnose Parkinson habe, wenn ich am Strand spazieren gehe, mit meiner kleinen Tochter Fahrrad fahre oder mit Freunden zusammensitze, und wir gemeinsam einen schönen Abend erleben. Das hat etwas mit Demut zu tun. Ein Einordnen und auch Unterordnen in das Universum. Dazu gehört auch die Fähigkeit, zu genießen und innezuhalten im Augenblick. Da ich das Glück im Hier und Jetzt ansiedele, hat für mich der Sinnspruch „Jeder ist seines Glückes Schmied“ seine volle Berechtigung. Glück ist nicht konservierbar, aber wiederholbar. Ich muss es nur zulassen, und das kann ich dann am besten, wenn ich Selbstsorge betreibe. Selbstsorge kann man genauso lernen wie „glücklich zu sein“. Ich gebe Ihnen gern die nötigen Impulse auf Ihrem Weg zum Glück, durch Impuls-Coaching.