

Ein authentischer Spiegel und Indikator

Oder: Wie Pferde helfen können, emotionale Blockaden zu lösen

Von Jürgen Bohlken

KIESELHORST ■ Sie musste früh auf eigenen Beinen stehen. Auch damit erklärt sich Melanie Westerheide ihr generelles Interesse an der Entwicklung und Entfaltung der menschlichen Persönlichkeit. Eine Leidenschaft für Pferde hegt sie indes schon seit ihrer Kindheit. Im Berufsleben kann die gebürtige Bielefelderin, die seit einem Jahr in Kieselhorst in der Gemeinde Winkelsett lebt, beides verbinden.

Die Heilpraktikerin für Psychotherapie setzt nicht nur konventionelle Verfahren wie die Gesprächstherapie ein. Sie nutzt darüber hinaus die Fähigkeiten des Pferdes als „Spiegel“ von Empfindungen und Gefühlen. Dies sei sehr vielseitig möglich, weiß die 38-jährige. Die pferdeunterstützte Arbeit könne etwa helfen, emotionale Blockaden zu lösen, Ängste und Schüchternheit abzubauen, Selbstwertkrisen zu überwinden, in schwierigen Entscheidungssituationen Entscheidungskraft zu beweisen oder das Konzentrationsvermögen zu verbessern. „Alle meine Methoden basieren auf einem wertschätzenden und ressourcenorientierten Ansatz“, sagt Melanie Westerheide. Ihr gehe es darum, den Menschen mit seinen Fähigkeiten in den Mittelpunkt zu rücken – nicht zu erst seine Krankheit oder Probleme zu sehen, sondern seine Stärken.

In ihren selbst entwickelten pferdegestützten Verfahren therapeutischer Natur oder zur Persönlichkeitsentfaltung vermittelt Melanie Westerheide vor allem, sich der eigenen Körpersprache bewusst zu werden. „Das Pferd hat ein Gespür für unsere Gefühle. Es merkt, ob wir Emotionen haben, die nicht zum Tonfall unserer Stimme passen. Es ist ein sehr authentischer Spiegel. Das Pferd kommt dem Menschen in seinem Wesen in gewisser Hinsicht durchaus nahe. Es



Die „pferdegestützte Persönlichkeitsentfaltung und Therapie“ ist nur eines der Arbeitsfelder der gebürtig aus Bielefeld stammenden Heilpraktikerin Melanie Westerheide. ■ Foto: Bohlken

kann ausgesprochen sanft sein, aber auch aggressiv werden. Es nimmt uns Menschen vor allem über die Körpersprache wahr. Auch wir kommunizieren ja zu einem sehr großen Teil nonverbal miteinander, aber das geschieht zumeist unbewusst. Auf unsere Körpersprache zu achten, sind wir einfach nicht gewöhnt“, erläutert die Heilpraktikerin für Psychotherapie.

Das Pferd als „Spiegel“ und Indikator lässt ihrer

Ansicht nach Rückschlüsse darauf zu, wie der Mensch in seinem Auftreten, in seiner Haltung und Stimmlage auf andere Menschen wirkt, und solche Erkenntnisse können hilfreich sein, um kommunikative Fähigkeiten zu verbessern und die Selbstbehauptung zu trainieren. Genau darauf zielen Kurse, die Melanie Westerheide unter anderem für Existenzgründer in ihrer Geburtsstadt Bielefeld anbietet. Dabei werde aber

nicht „die ganze Zeit mit Pferden gearbeitet“, verrät sie. Die 38-jährige schult nicht nur kleine oder auch größere Gruppen in Sachen Persönlichkeitsentfaltung. Einzelcoachings und individuelle therapeutische Arbeit mit Kindern und Erwachsenen – mit Pferden oder auch ohne – sind weitere Tätigkeitsfelder.

Wer sich näher informieren will, kann via E-Mail an mw156@web.de den Kontakt suchen. info@melanie-westerheide.de