

Warum hilft Delfin Therapie bei traumatisierten
Kindern/Erwachsenen?
Von Stefanie von Fallois

Nach jedem Trauma ist der Mensch in seinem Grund/Urvertrauen verletzt. Etwas in ihm geht kaputt und auch wenn es wieder heilen kann, so dauert es seine Zeit.

Die Begegnung mit dem Delfin in einem uns sehr vertrauten Element, dem Wasser, ist tatsaechlich eine Begegnung der besonderen Art. Der Delfin ist nicht nur ein archaisches Symbol und hat damit in unserem kollektiven Unbewussten einen gesicherten Platz, er ist auch ganz real ein wunderbares Wesen und bringt in unsere teils schon vergraemten Gesichtern ein Laecheln, ob wir wollen oder nicht. Der Delfin vereint etwas sehr Kraftvolles und zugleich Weiches, ja fast sogar Zartes. Er lebt im Gegensatz zu anderen starken, zu therapeutischen Zwecken einsetzbaren Tieren, wie z.B. das Pferd oder manchmal auch ein Hund, im Wasser. Das Wasser ist das Element, woher wir alle kommen und wo wir zumeist um die 9 Monate Herberge fanden. Im Wasser hat sich nicht nur unser Koerper entwickelt, sondern im Wasser haben sich auch unsere ersten Emotionen gezeigt. Das ungeborene Kind kann bereits voller Lust an seinen Haenden und Fuessen saugen , aber auch bereits elementare Angst haben.

Stellen wir uns ein traumatisiertes Kind vor, voller Angst, oft vor der Begegnung mit Menschen, manchmal nicht vertrauten Menschen, manchmal aber gerade auch vor vertrauten Menschen. Das ist wohl das Schlimmste, wenn die Menschen, in die man einst Vertrauen hatte, einen so zutiefst verletzt haben, dass dadurch das tiefe Urvertrauen gestoert wird. Der Delfin wie auch das Pferd beeindruckten sicherlich mehr als ein Hund durch seine enorme Groesse und Staerke. In der Begegnung mit dem Delfin muessen wir jegliche Kontrolle aufgeben und uns ganz und gar hingeben. Die Vorstellung wir koennten einen Delfin kontrollieren, ist geradezu verrueckt. Wer je mit einem Delfin geschwommen ist, wird verstehen, dass das nicht geht, jeglicher Versuch ist eine Illusion. Das Pferd hingegen traegt einen Sattel und eine Trense und ist zu einem anderen Grad kontrollierbar, zudem „arbeitet“ es nicht im Wasser. Der Delfin also als das unkontrollierbare Tier? Ja und Nein...der

Delfin reagiert absolut eindeutig im Gegensatz zu vielen Menschen, die bereits derart sozial abgedrillt und manipulierend sind. Sie lächeln Dir ins Gesicht, obwohl sie Dir nichts Gutes wünschen. Der Delfin hingegen reagiert sehr stimmig auf das, was ihm begegnet. Respektiert man dieses Tier, behandelt man es freundlich und ist in seinen Berührungen zart, so erwidert er durch sein „Dasein“. Wird der Delfin zu grob angefasst, so schlägt er zwar nicht zurück, aber er entfernt sich oder nähert sich auf eine andere Art und Weise, z.B. nicht mehr mit dem Gesicht zum „Kuss“, sondern „nur“ noch mit der Seite. Er zeigt deutlich, wenn etwas nicht in Ordnung ist. Er ist aber nicht aggressiv dem Kind gegenüber, auch wenn es manchmal umgekehrt der Fall ist und das Kind den Delfin wegstoest oder unsanft beruehrt. Hiermit will ich nicht diskutieren, dass natuerlich auch ein Delfin aggressiv werden kann, wenn er sich in Gefahr sieht. Jedes Lebewesen tut das ganz instinktiv und ist ein absolut gesundes Zeichen von Selbsterhaltungstrieb. Der Delfin stellt seine Zartheit und seine Staerke gleichermaßen zur Verfuegung und ich denke, dass diese Komponenten enorm viel ausmachen. Das „Getragen“- werden, das Gezogen-werden, das Streicheln, die Schnelligkeit und Langsamkeit, die Kraft und die Zartheit, alles vereint laesst auch uns Menschen Zugang zu unseren „zarten“ Seiten wie auch zu unseren Staerken finden.

Der Delfin lockt in uns das Kindliche hervor, ueber das wir wieder Zugang zu verschuetteten Anteilen bekommen. Das traumatisierte Kind, der traumatisierte Mensch hat mit Sicherheit eines verloren: Seine Unbekuemmertheit in die Welt zu schauen, der Welt zu begegnen und wie ein Kind im Jetzt zu leben. Zu schwer sind die Erinnerungen und der Schmerz ueber die Vergangenheit. Zumeist, je nach Trauma, hat der Mensch Ueberlebensmechanismen entwickelt, die zwar vermeintlich helfen wie Zurueckgezogenheit, Kontrolle ueber seine Umwelt so gut es geht etc. Das mag zwar eine verstaendliche und sicherlich oberflaechlich betrachtet „erfolgversprechende“ Loesung sein, schneidet aber jeglichen Zugang zu den ureigensten Kraefte und Ressourcen ab. Das spielerische Element, wie ich es bei keinem anderen Tier derart erlebt habe, ermoeoglicht eine Verbindung. Der Delfin ermoeoglicht es, das Gefuehl zu entwickeln, ganz und gar angenommen zu sein. Wenn man das „Kind mit besonderen Beduerfnissen“ in unserer Gesellschaft betrachtet, so steht es leider ziemlich weit unten auf der Leiter. Es ist das gesunde,

intelligente, hübsche, heile Kind erwünscht, nicht das Kind mit besonderen Bedürfnissen. Ein Kind, ob mit besonderen Bedürfnissen oder traumatisiert, es hat nicht nur sein persönliches Handicap, sondern ist auch in der Gesellschaft benachteiligt - seine Eltern gleich mit eingeschlossen. Das Erlebnis, voll und ganz angenommen zu sein, so wie Du bist (wie es bereits in der Bibel steht) erfährt dieses besondere Kind bestenfalls in seinem familiären Rahmen und wenn es Glück hat auch noch im pflegerischen Bereich, sicherlich aber nicht gesellschaftlich. Da wird es mitleidig angeschaut, da wird es bedauert, da wird es gemieden. Bei der Delfintherapie fällt all das weg. Es ist schon manchmal unglaublich, wie neu und gänzlich anders die Eltern ihre Kinder erleben, angenommen und geliebt mit all seinen Schwächen, seinen teils auesserlichen Unschönheiten, seiner mangelnden Kommunikationsfähigkeit, seiner oft fehlenden Beweglichkeit. Hier, und das sogar im Wasser mit einem Delfin, erlebt das Kind sich, vielleicht das erste mal, als ANGENOMMEN, als GANZ und VOLLKOMMEN. Welch ein wunderbares Erlebnis, welche eine Urfreude kommt da auf, beim Kind und bei den Eltern. Dieses Erlebnis ermöglicht beiden Seiten, Kind und Eltern ein neues Erleben und oft ein Neubeginn auf einem Level, welches vorher undenkbar gewesen wäre, ja nicht einmal im Ansatz vorstellbar war.

Die Aufgabe der Therapeutin/ des Therapeuten ist, das „Jetzt“ mit Empathie aufzunehmen und zur Verfügung zu stehen. Manche Therapeuten nennen es „crossing the bridge“, sozusagen ganz bei dem anderen sein, sei es ein Kind oder ein Erwachsener. Das kann manchmal bedeuten, ruhig zu sein, zuzuhören, ohne „judgement“ und ohne „Lösung“, einfach „DA sein“, seine eigenen Themen hinten anzustellen, aber gleichzeitig genug reflektiert zu sein, dass es eigene Themen gibt, so dass sie sich nicht vermischen. Nicht „mitleidig“ zu sein, denn dann geht es schon wieder um die eigene Trauer, sondern wirklich dem anderen zur Verfügung zu stehen. Es gibt einen schönen Spruch: „Der liebe Gott hat uns 2 Ohren gegeben und nur einen Mund“, zuhören ist wichtiger als reden. Wenn sich ein Mensch, so wie beim Delfin auch beim Therapeuten angenommen fühlen kann, so kann er Themen, die aufkommen, mitteilen und seine Befindlichkeiten im Hier und Jetzt tatsächlich „teilen“, mitteilen. Das ist schon oft Heilung in sich.