

## Teilnehmer

Junge Menschen im Alter von **14 bis 20 Jahren** mit Tic-Störung bzw. Tourette-Syndrom. Die begrenzte Teilnehmeranzahl bedingt eine zeitnahe Anmeldung, die gemäß Eingang registriert wird.

## Termin

**05. bis 09. August 2016**

Anreise 05.08.2016 ca. 13:00

Abreise 09.08.2016 ca. 10:00

## Teilnahmegebühren:

Durch die finanzielle Unterstützung der Barmer GEK ist dieses Programm für Betroffene junge Menschen kostenfrei bis auf anteilige Reisekosten.



© Coaching und Pferd

## Trainingsstandort

Coaching und Pferd  
Jacob-Behrmann-Weg 1a  
25499 Tangstedt, Schleswig Holstein  
(Großraum Pinneberg)

## Unterkunft

Rosa-Scholl-Haus  
Mohlstedter Weg 19  
25451 Quickborn

## Leistungsumfang pro Teilnehmer

3,5 Tage pferdegestütztes Training  
4 Übernachtungen inkl. Verpflegung  
Anteilige Übernahme von Reisekosten mit der Deutschen Bahn i.H. von max. 100,- EUR

Für Eltern, die gerne ihre Jugendlichen bei der Reise begleiten wollen, besteht die Möglichkeit der Unterkunft und Verpflegung gegen einen Unkostenbeitrag in Höhe von 50,00 Euro / Tag.

**Bitte sprechen Sie uns an.**

## Anmeldung

Bitte nutzen Sie dazu das Online Anmeldeformular auf unserer Website.

## Tourette-Gesellschaft Deutschland e.V.

Carl-Neuberg-Str. 1

30625 Hannover

[www.tourette-gesellschaft.de](http://www.tourette-gesellschaft.de)

Wir sagen herzlichen Dank - dieses Projekt wird ermöglicht durch die freundliche Förderung der

**BARMER GEK**



**Tourette-Gesellschaft Deutschland e.V.**

# Ich ticce – na und!



© Coaching und Pferd

**Pferdegestütztes Training  
für junge Menschen  
zur Stärkung von  
Selbstwert  
und  
Selbstvertrauen**

**05. – 09. August 2016**

Die Pubertät und das Erwachsenwerden sind schon Herausforderung genug – und dann noch mit Tics bzw. dem Tourette-Syndrom umgehen müssen - für viele junge Menschen eine sehr belastende und oftmals nur schwer zu bewältigende Situation geprägt von Minderwertigkeitsgefühlen und fehlendes oder nur gering ausgeprägtes Selbstvertrauen.

### Zielsetzung

Mit diesem pferdegestützte Training für junge Menschen (Altersgruppe 14 bis 20 Jahre) fokussieren wir auf

- Stärkung des Selbstwertgefühls und des Selbstbewusstseins
- Erleben, wie es sich anfühlt selbstbewusster zu werden
- Erleben, wie es sich anfühlt vorurteilsfrei angenommen zu werden
- Mehr Präsenz durch Vertrauen in die eigene Person
- Vertrauen in die eigenen Stärken und Kompetenzen ausbauen und verankern
- Umgang mit Tourette im täglichen Leben und im Kontakt mit anderen Menschen – insbesondere Gleichaltrigen

### Warum gerade ein Training mit Pferden?

Allgemein kann der Umgang mit Pferden schon heilsam sein. Zusätzlich gibt es jedoch noch andere wichtige Aspekte, die sehr unterstützend wirken können:

- Pferde spiegeln die Körpersprache des Menschen, dadurch können Teilnehmer auch schon kleine Erfolge direkt in der Arbeit mit dem Pferd erkennen (z.B. mehr Präsenz durch einfache Atemtechniken)
- Pferde leben im Moment – ihnen ist das Gestern und das Morgen egal
- Pferde verzeihen „Fehler“ und sind nicht nachtragend.
- Pferde können Kraft und Mut geben
- Pferde lehren uns, dass wir uns durchsetzen dürfen, ohne dass es persönliche Konsequenzen (wie z.B. Ablehnung) zur Folge hat.
- Pferde lehren uns, bei uns selbst zu bleiben. Je größer das „Gedankenkarussell“ des Menschen ist, desto weniger gut funktioniert es mit dem Gegenüber (z.B. dem Pferd).
- Was machen Gedanken mit uns und unserem Umfeld – auch dieses kann mit Hilfe der Pferde aufgezeigt werden.



© Coaching und Pferd

Das Training mit den Pferden findet in freier Natur und in kleiner Gruppe statt. Ein an die Teilnehmer angepasster Mix aus Theorie und Praxis ermöglicht ein individuelles Wahrnehmen und Erleben für die jungen Teilnehmer.

### Leitung

Coaching und Pferd  
Daniela Landgraf  
Pferdegestützte Psychotherapie und  
Coaching