

Psychotherapie Judith Goßmann
Herz-Huf-Pfote



SOMMER-INTENSIV 2026

DREI TAGE FÜR NEUE PERSPEKTIVEN.

PFERDEGESTÜTZTE THERAPIE FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND FAMILIEN

Mit Herz, Verhaltenstherapie und Pferden

Die Sommerferien bieten eine besondere Gelegenheit, innezuhalten, neue Erfahrungen zu sammeln und persönliche Stärken zu entdecken.

In meinen dreitägigen Sommer-Intensivs verbinde ich Verhaltenstherapie mit den besonderen Möglichkeiten der pferdegestützten Psychotherapie.

Ich begleite Kinder, Jugendliche und Familien dabei, sich selbst und einander besser zu verstehen, Vertrauen aufzubauen und neue Handlungsstrategien für den Alltag zu entwickeln. Dabei sollen nicht Diagnosen oder Defizite im Mittelpunkt stehen, sondern die Ressourcen! Immer im Sinne der Persönlichkeit, der individuellen Stärken und der jeweiligen Entwicklung.

Jedes Intensivangebot umfasst drei aufeinander aufbauende Termine à drei Stunden. So entsteht genügend Zeit, Vertrauen wachsen zu lassen, neue Erfahrungen zu sammeln, diese gemeinsam zu reflektieren und nachhaltig in den Alltag zu übertragen.

Warum integriere ich das Pferd?

Das Pferd zeigt sich als ein feinfühliges Co-Therapeut und begegnet jedem Menschen offen, authentisch und ohne Bewertung.

Es reagiert unmittelbar auf Körpersprache, Emotionen und innere Haltung. Dadurch werden Gefühle, Verhaltensweisen und Beziehungsmuster auf eine Weise sichtbar, die im Gespräch allein oft nur schwer zugänglich sind.

Im Kontakt mit dem Pferd entstehen Erfahrungen von Vertrauen, Selbstwirksamkeit und Klarheit. Diese werden gemeinsam reflektiert und helfen dabei, neue Perspektiven und individuelle Lösungen für den Alltag zu entwickeln.

Das Pferd eröffnet einen besonderen Erfahrungsraum, in dem Entwicklung, Beziehung und persönliches Wachstum möglich werden.

DIE SOMMER-INTENSIVS 2026

STARK WIE EIN PFERD

Konzentration • Selbststeuerung • Selbstvertrauen

Für Kinder und Jugendliche mit ADHS oder Schwierigkeiten in Aufmerksamkeit und Selbstregulation Kinder und Jugendliche mit ADHS erleben im Alltag häufig Misserfolge oder erhalten überwiegend Rückmeldungen darüber, was nicht gelingt. Hier stehen dagegen ihre Stärken und Fähigkeiten im Mittelpunkt.

Das Pferd reagiert grundsätzlich und unmittelbar auf Klarheit, Aufmerksamkeit und authentisches Handeln. Dadurch erleben die Teilnehmenden auf besondere Weise Selbstwirksamkeit, ohne „bewertet“ zu werden. Konzentration, Impulskontrolle und Selbstregulation können hierbei gefördert werden. Dabei entsteht Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein.

Durch erlebnisorientierte Übungen, gezielte verhaltenstherapeutische Interventionen und gemeinsame Reflexion entwickeln die Kinder und Jugendlichen Strategien, die sie nachhaltig in Schule, Familie und Freizeit unterstützen.

3 Tage · jeweils 3 Stunden

DIE SOMMER-INTENSIVS 2026

GEMEINSAM WACHSEN

Beziehung erleben · Vertrauen stärken

Eltern-Kind-Intensiv Dieses Angebot lädt Eltern und Kinder dazu ein, sich außerhalb des oft herausfordernden Alltags neu zu begegnen.

Im Mittelpunkt soll die Elter-Kind- Beziehung stehen.

Dabei geht es um gegenseitiges Verständnis, Vertrauen und gelingende Kommunikation. Durch die Integration des Pferdes wird ein besonderer Erfahrungsraum geschaffen, in dem eingefahrene Interaktionsmuster sichtbar werden und neue Formen des Miteinanders entstehen können.

Gemeinsame Aufgaben fördern die gegenseitige Wahrnehmung und das Erleben positiver gemeinsamer Erfolgsmomente – mit nachhaltigen Impulsen für den Familienalltag.

3 Tage · jeweils 3 Stunden



DIE SOMMER-INTENSIVS 2026

MUT WÄCHST SCHRITT FÜR SCHRITT

Vertrauen • Selbstregulation • innere Stärke

Für Kinder und Jugendliche mit Ängsten, erhöhter Anspannung oder emotionalen Belastungen. Innere Unruhe, Ängste oder anhaltende Anspannung können dazu führen, dass Kinder und Jugendliche den Zugang zu ihren eigenen Bedürfnissen und Ressourcen verlieren.

Das Pferd vermittelt Sicherheit, Gelassenheit und Vertrauen und unterstützt dabei, innere Stabilität aufzubauen. Als feinfühliges Co-Therapeut macht es innere Anspannung und Gefühle auf besondere Weise erlebbar und unterstützt dabei, Vertrauen, innere Stabilität und neue Wege der Selbstregulation zu entwickeln.

Durch den Einbezug des Pferdes und gezielte verhaltenstherapeutische Interventionen können die Teilnehmenden hier Schritt für Schritt hilfreiche Strategien für den Umgang mit angstauslösenden und belastenden Situationen erfahren und lernen.

3 Tage • jeweils 3 Stunden



DIE SOMMER-INTENSIVS 2026

ICH BIN GENAU RICHTIG

Einzelsetting

Individuelles Intensiv für neurodivergente Kinder und Jugendliche Dieses Einzelangebot richtet sich an Kinder und Jugendliche mit besonderen Bedürfnissen, beispielsweise bei ADHS/ ADS oder einer Autismus Spektrum-Störung.

Im Mittelpunkt stehen nicht Defizite, sondern die individuellen Stärken, Bedürfnisse und Ressourcen. Gemeinsam mit dem Pferd entsteht ein geschützter Raum, in dem Selbstvertrauen wachsen, Selbstregulation gestärkt und neue Handlungsmöglichkeiten entwickelt werden können – im eigenen Tempo und ohne Leistungsdruck.

3 Tage · jeweils 3 Stunden (Einzelsetting)



DIE SOMMER-INTENSIVS 2026

SICH SELBST BEGEGNEN

Pferdegestützte Selbsterfahrung für Eltern

Eltern begleiten ihre Kinder jeden Tag mit viel Engagement, Verantwortung und Liebe. Dabei geraten die eigenen Bedürfnisse im Familienalltag häufig in den Hintergrund.

Dieses dreitägige Intensivangebot lädt dazu ein, sich bewusst Zeit für sich selbst zu nehmen – als therapeutische Auszeit, um innezuhalten, Kraft zu schöpfen und den Blick auf die eigene Person zu richten.

In einem geschützten Rahmen entsteht Raum für Reflexion, persönliche Entwicklung und die bewusste Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse, Werte und Ressourcen.

Die Begegnung mit dem Pferd soll dabei unterstützen, die eigene Individualität bewusster wahrzunehmen, neue Kraft zu gewinnen und mit mehr Gelassenheit, Klarheit und Vertrauen in den Familienalltag zurückzukehren. Denn oft beginnt Veränderung dort, wo wir uns selbst mit Offenheit und Wertschätzung begegnen.

Im Mittelpunkt stehen nicht Erziehungsstrategien oder Schuldfragen, sondern Selbsterkenntnis, persönliche Entwicklung und die Stärkung der eigenen Handlungskompetenz – für ein gelingendes Miteinander im Familienalltag.

3 Tage · jeweils 3 Stunden

ORGANISATORISCHES

ORT: Reitanlage in Feldkirchen

UMFANG: 3 Tage - jeweils 3 Stunden

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

DURCHFÜHRUNG: JUDITH GOSSMANN

Approbierte Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin (Verhaltenstherapie)

Fachkraft für pferdegestützte Psychotherapie (DKThR)

TERMINE UND KOSTEN ERHALTEN SIE GERNE AUF ANFRAGE.

E-Mail: info@psychotherapie-muenchen-riem.de

Mobil: +49 176 93172277

Herz-Huf-Pfote
Verstehen. Vertrauen. Wachsen.

Manchmal beginnt Veränderung nicht damit, etwas anders zu machen – sondern sich selbst und unserer Umwelt aus einem anderen Blickwinkel zu sehen und zu erleben.