



Hausarbeit

Das Pferd in der tiergestützten Intervention anhand des Beispiels „pferdegestützte Traumatherapie“

Verfasserin:
Carina Perlich

Betreuerin:
Karin Krivan

Zur Erlangung des Titels
„geprüfte Fachkraft für tiergestützte Therapie und tiergestützte Fördermaßnahmen“

Wien, November 2021

Verein „Tiere als Therapie“ – Wissenschafts- und Ausbildungszentrum

Silenegasse 2-6, 1220 Wien

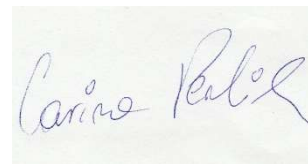
4. Diplomlehrgang für tiergestützte Therapie und tiergestützte Fördermaßnahmen

Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre hiermit an Eides Statt, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe. Die aus fremden Quellen direkt oder indirekt übernommenen Gedanken sind als solche kenntlich gemacht.

Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt und auch noch nicht veröffentlicht.

Wien, 23. November 2021

A handwritten signature in blue ink that reads "Carina Perlich". The signature is written in a cursive style.

Carina Perlich

Danksagung

An dieser Stelle möchte ich all jenen danken, die durch ihre fachliche und persönliche Hilfe zum Gelingen dieser Ausbildung und dieser Arbeit beigetragen haben, mich im Laufe des Diplomlehrganges begleitet und unterstützt haben.

Zu Beginn ein großes Dankeschön an meine Freundin und Mitabsolventin Sabine, ohne die ich diese Ausbildung wahrscheinlich nie gemacht hätte. Im Laufe der Zeit hat sich unsere Freundschaft, bis hin zu einer Zusammenarbeit in unterschiedlichen tiergestützten Projekten, weiter vertieft.

Mein besonderer Dank gilt meinen Eltern, sowie deren Partnern und meinen Großeltern, die mich finanziell unterstützt haben und diese Ausbildung somit erst möglich gemacht haben.

Ich danke meiner Betreuerin Katrin Krivan für die tolle Unterstützung bei der Erarbeitung dieser Abschlussarbeit. Sie stand mir jederzeit mit Rat und Tat zur Seite.

Ohne meine Interviewpartnerin Mag. Elisabeth Krisch-Kranich aus dem Landesklinikum Mödling wäre diese Arbeit so nicht möglich gewesen. Auch für die Möglichkeit des Praktikums ein herzliches Dankeschön.

Ein weiterer Dank gilt Mario, der sich die Zeit genommen hat, meine Arbeit Korrektur zu lesen.

Last but not least möchte ich mich bei meinem Partner, Wolfgang, bedanken, der immer für mich da war. Er hat mich in allen Belangen, die eine nebenberufliche Ausbildung mit sich bringt, unterstützt und mich ermutigt, den Schritt in die Selbstständigkeit zu wagen. Danke, mein Schatz.

Abstract

Die Mensch-Tier-Beziehung beinhaltet die Verbundenheit von Menschen und Tieren genauso wie die Kommunikation und die daraus entstehenden psychischen sowie physischen Effekte. (vgl. FÖRSTER 2005, S. 16) Der Informationsaustausch kann verbal, mit Worten oder nonverbal, durch Gestik und Mimik, erfolgen. Tiere antworten vor allem auf die nonverbalen Signale. (vgl. OTTERSTEDT 2003, S.84 ff) Die Bindung und Fürsorge in der Mensch-Tier-Beziehung beinhalten eine sichere Basis, einen sogenannten sicheren Hafen, eine Aufrechterhaltung von Nähe und das Vermissen der Bindungsfigur. Diese Verbindung zwischen Mensch und Tier hat sowohl physische als auch psychische und soziale Auswirkungen. Diese Funktionen ergänzen sich immer gegenseitig, beziehungsweise stehen in Wechselwirkung miteinander. (vgl. BEET, JULIUS, KOTRSCHAL, TURNER, UVNÄS-MOBERG 2014, S. 165)

Menschen und Pferde haben bereits eine lange gemeinsame Entwicklungsgeschichte hinter sich, in der das Tier immer mehr an Bedeutung dazugewonnen hat. Das Wesen des Pferdes und die daraus resultierende Wirkung auf den Menschen haben es zu einem wertvollen Wegbegleiter in der tiergestützten Intervention gemacht. (vgl. FÖRSTER 2005, S. 68) Eine bedeutende Rolle haben die Pädagogen / Pädagoginnen oder Therapeuten / Therapeutinnen für den Klienten / die Klientin aber auch und vor allem für sich selbst. Die Selbstfürsorge ist ein wichtiger Punkt für die Fachkraft. Es ist von großer Bedeutung die Grenzen klar zu definieren und von allen Beteiligten nicht überschreiten zu lassen. (vgl. URMONEIT 2020, S. 94 f) Das Zusammenwirken des gesamten Beziehungsdreiecks (Pferd, Klient / Klientin, Pädagoge / Pädagogin, Therapeut / Therapeutin) sollte stimmig sein, um ein zielorientiertes Arbeiten zu gewährleisten. (vgl. URMONEIT 2020, S. 147) Auch die Risiken tiergestützter Intervention sollten nicht außer Acht gelassen werden, zu denen unter anderem Allergien, Verletzungen und Infektionen gehören. (vgl. BEET, JULIUS, KOTRSCHAL, TURNER, UVNÄS-MOBERG 2014, S. 193)

Im Besonderen wird das Thema „Pferdegestützte Traumatherapie“ behandelt. Personen, die traumatische Erfahrungen gemacht haben brauchen Unterstützung, um diese in Erweiterung ihrer Ressourcen umzuwandeln und nicht in Gewalt gegen sich oder andere umzusetzen. Traumafolgestörungen sind oft nicht mehr alleine zu bewältigen. Die Patienten und Patientinnen brauchen professionelle Hilfe und der Einbezug von Pferden kann die Komplexität der Behandlung positiv beeinflussen. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 10 f)

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung

2. Die Mensch-Tier-Beziehung

2.1. Kommunikation zwischen Mensch und Tier

2.2. Psychische / physische und soziale Effekte

2.3. Bindung und Fürsorge

2.3.1. Bindung und Fürsorge in der Mensch-Tier-Beziehung

2.3.2. Funktion von Oxytocin

3. Mensch und Pferd

3.1. Eine gemeinsame Entwicklungsgeschichte

3.2. Das Wesen des Pferdes und die Wirkung auf den Menschen

4. Tiergestützte Therapie

4.1. Begriffserklärungen

4.2. Entstehung

4.3. Einwirkungsbereiche

4.4. Gründe für den Einsatz von Pferden bei Interventionen

4.5. Pferde als Spiegelbild

4.6. Vielfalt der Einsetzbarkeit

4.6.1. Heilpädagogische und therapeutische Förderung mit dem Pferd

4.6.1.1. Hippotherapie

4.6.1.2. Heilpädagogisches Voltigieren und Reiten

4.6.2. Psychotherapie mit Pferd

4.6.3. Coaching mit Pferd

5. Rolle der Fachkraft

6. Rolle des Pferdes

7. Beziehungsdreieck

7.1. Pferd und Fachkraft in direkter Interaktion – Klient / Klientin in der Beobachterposition

7.2. Pferd und Klient / Klientin in direkter Interaktion – Fachkraft in der Beobachterposition

7.3. Fachkraft und Klient / Klientin in direkter Interaktion – Pferd in einer passiven, nicht direkt einbezogenen Position

7.4. Pferd, Fachkraft und Klient / Klientin in direkter Interaktion

7.5. Pferd, Fachkraft und Klient / Klientin ohne direkte Interaktion

8. Setting

9. Bausteine für die Intervention

10. Risiken der tiergestützten Intervention

11. Traumatherapie

11.1. Grundlagen der Psychotraumatologie

11.2. Pferdegestützte Traumatherapie

11.2.1. Forschung

11.2.2. Wirkmechanismen und Effekte

11.2.3. Voraussetzungen

11.2.4. Risiken und Grenzen

11.2.5. Erfahrungsberichte von Klienten und Klientinnen

12. Praktischer Teil

12.1. Interview

12.2. Praktikum

1. Einleitung

Ich konnte schon früh die positiven Aspekte einer Mensch-Tier-Beziehung genießen, da ich mit Tieren aufgewachsen bin. Welche Auswirkungen eine gute Mensch-Tier-Beziehung haben kann, inklusive der Kommunikationsmöglichkeiten zwischen Menschen und Tieren, möchte ich in meiner Arbeit erläutern.

Pferde werden erst seit etwa 50 Jahren in der tiergestützten Intervention genutzt. Ihre ganzen Vorteile werden nicht nur im therapeutischen Reiten und Voltigieren, in der Psychotherapie und beim Coaching genutzt. Sie werden ebenso in der tiergestützten Traumatherapie angewandt.

Pferde können als „Brücke“ zwischen Menschen fungieren und Sicherheit vermitteln. Im Bereich der pferdegestützten Traumatherapie gibt es bisher nur wenige Forscher, die Studien zu dem Thema ausgearbeitet haben. Diese wiederum konnten oft nur in relativ kleinen Gruppen durchgeführt werden. Die Ergebnisse zeigen, dass die pferdegestützte Therapie bei der Behandlung von Traumafolgestörungen effektiv ist. Jedoch sollte diese, nicht evidenzbasierte, Vorgehensweise immer zusätzlich zu einer klassischen psychotherapeutischen Behandlung herangezogen werden. (vgl. HEDIGER, K., ZINK, R., 2020, S. 38 und SCHÜTZ, K., 2020, S. 125)

Mich persönlich interessiert dieses Thema besonders, weil ich mich beruflich schon öfter damit auseinandersetzen musste. Durch das Sprechen mit den Patienten und Patientinnen wurde mir klar, dass Tiere helfen können. Viele Tierbesitzer erzählten mir, dass ihnen ihre Haustiere Unterstützung und Mut gaben, um weiter zu machen. Dann stellte sich für mich die Frage: Welche positiven Aspekte gibt es genau bei einer pferdegestützten Traumatherapie?

All diese aufgetretenen Fragen möchte ich in meiner Arbeit beantworten. Ich bin der Meinung, dass eine Mensch-Tier-Beziehung im Allgemeinen viele positive Effekte aufweist. Da das Pferd immer mehr an Bedeutung für uns Menschen dazu gewonnen hat, finde ich vor allem dessen Wirkung spannend und lehrreich.

2. Die Mensch-Tier-Beziehung

BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. (2014, S. 15f) Martha, ein neunjähriges Mädchen, konnte aufgrund massiver Verhaltensprobleme nicht mehr in der Regelschule unterrichtet werden und wurde deshalb an einer sonderpädagogischen Einrichtung beschult. Da ihre Eltern sie körperlich vernachlässigt und misshandelt hatten, lebte Martha schon seit ihrem fünften Lebensjahr in einer Heimeinrichtung. Sie verhielt sich Gleichaltrigen gegenüber meist aggressiv und lehnte alle erwachsenen Fürsorgepersonen ab. Von ihrer Lehrerin in der Sonderschule zog Martha sich mehr und mehr zurück. Eines Tages brachte Marthas Lehrerin ihren Hund Willy mit in die Schule. Denn die Mutter der Lehrerin, die sich immer vormittags um das Tier kümmerte, musste für einige Tage ins Krankenhaus, und die Lehrerin traute sich nicht, ihren jungen Hund allein zu Hause oder im Auto zu lassen. Als Martha Willy das erste Mal sah, bückte sie sich und rief dem Hund. Willy rannte zu Martha und leckte ihr zur Begrüßung das Gesicht. Während des gesamten Vormittags blieb Martha in der Nähe des Hundes. Martha, die sich niemals zuvor an die Lehrerin gewandt hatte, bat darum, Willy füttern zu dürfen. Am Ende des Schultages traute sich Martha sogar zu fragen, ob die Lehrerin Willy am nächsten Tag wieder mit in die Schule bringen könnte. Glücklicherweise bemerkte die Sonderschullehrerin, dass es für sie womöglich einfacher wäre, sich Martha zu nähern, wenn der Hund anwesend war. Im Lauf der nächsten Wochen wurde Martha gegenüber dem Hund immer fürsorglicher. Sie fütterte Willy, büstete ihn regelmäßig, und ging mit dem Hund während der Pausen spazieren. Wenn Martha mit Willy zusammen war, konnte die Lehrerin Kontakt zu Martha aufnehmen, ohne dass sie zurückgewiesen wurde. Wie die Lehrerin später berichtete, war dies der Beginn einer vertrauensvollen Beziehung zwischen Martha und ihr.

Anhand dieses Beispiels ist zu sehen, wie vielfältig eine Mensch-Tier-Beziehung sein kann. Sie entwickelt sich aus unterschiedlichen Anlässen und Situationen heraus und kann diverse Effekte auf Menschen aller Altersstufen haben. Die Begegnung zwischen Mensch und Tier beschreibt Beziehungsqualitäten, die sich positiv auswirken können. Bedeutend für die Lebensqualität ist nicht nur das Tier an sich, sondern vor allem der Dialog mit diesem ist nützlich. Es wird der heilende Prozess durch Impulssetzungen, ausgehend von den Emotionen und Hormonen, angekurbelt. Die beste Form ist die freie Begegnung zwischen Mensch und Tier, also wenn sie in Form eines zufälligen Kontaktes in der Natur stattfindet. Dies kann im

therapeutischen Rahmen nicht gegeben werden. Daher wird dieser eingeschränkte Raum durch Reflexionen der therapeutischen Mittel im Verhältnis zum Therapieziel optimiert. (vgl. OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 61)

2.1. Kommunikation zwischen Mensch und Tier

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 16) Als Kommunikation im weiteren Sinne können alle Vorgänge bezeichnet werden, „in denen Informationen gesendet und empfangen, nicht unbedingt ausgetauscht werden“.

Wir Menschen kommunizieren hauptsächlich über unsere Sprache miteinander. Wenn dies, wegen Sprachbarrieren, zum Beispiel nicht möglich ist, versuchen wir es mit „Händen und Füßen“. Unsere nonverbalen Ausdrücke, die immer zur Kommunikation beitragen, auch wenn sie den meisten Menschen nicht bewusst sind, begleiten unseren Alltag. Die Mimik, Gestik sowie die Körperhaltung und -bewegung einer Person übermitteln den Gesprächspartner viele Informationen. (vgl. OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 90)

Im Dialog wird zwischen der verbal-digitalen und der nonverbal-analogen Kommunikation unterschieden.

(OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 84) Bei der digitalen Kommunikation ist die Beziehung zwischen einem Wort und dem damit gemeinten Inhalt nach einer Konvention, oft bloß willkürlich festgelegt.

Beispiele verbaler Kommunikationselemente sind folgende: die Stimmlage; die Stimmqualität; die Lautstärke; lautliche Ausdrucksmittel wie Husten, Niesen, Schmatzen, Pfeifen beim Menschen und Schnüffeln, Jaulen, Heulen, Bellen, Knurren bei Tieren. (vgl. OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 99)

(OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 85) Analoge Kommunikation nutzt Gestik, Gesichtsausdruck, die Stimmmodulation, sie nutzt die Sprache der Augen, die Sprache der Berührungen. Analoge Kommunikation, das ist übrigens die ganz frühe Sprache der Beziehungen, die schon das Baby mit seiner Mutter „gesprochen“ hat; analoge Kommunikation

ist die Sprache der Liebenden, sie ist aber auch die Sprache des Kampfes, sie wird immer dann „gesprochen“, wenn intensives Erleben relativ ungebrochen ausgedrückt wird.

Kommunikation mit Tieren besteht hauptsächlich aus analogen Anteilen, kaum aus digitalen. Sie möchten Menschen in einer ehrlichen Beziehung gegenüberreten, verlangen einen aufrechten Dialog, in der verbale und nonverbale Bestandteile übereinstimmen. Dieses hat auch positive Auswirkungen auf zwischenmenschliche Gespräche. Es kommt zu weniger Zwiespalte zwischen den beteiligten Gesprächspartnern, wenn sich Personen glaubwürdig und aufrichtig mit dem Gegenüber austauschen können. (vgl. OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 87)

Es gibt einige Kommunikationselemente, mit denen der Mensch, unabhängig von der Tierart, positiv auf die Verständigung einwirken kann. Ein entspanntes, offenes Gesicht sowie ein ruhiger Lidschluss werden als freundlich wahrgenommen. Streicheln ist ein oft verwendeter Bestandteil in der Mensch-Tier-Beziehung, der eine entspannende und beruhigende Wirkung haben kann. Es sollte eine ruhige Stimme mit warmem Tonfall verwendet werden und ganz wichtig ist auch dem Tier immer die Zeit zu lassen, um uns zu verstehen und zu reagieren. (vgl. OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 103ff)

Vor allem Hunde, Pferde und Katzen haben im Laufe der vielen Jahre gelernt, Zeichen und Signale von Menschen achtsam wahrzunehmen und darauf zu reagieren. Diese wichtige Eigenschaft wird in der tiergestützten Intervention ausgenutzt. Das trainierte Tier wird zum Kontaktaufbau herangezogen und kann so auch das Vertrauen zum Pädagogen / zur Pädagogin oder zum Therapeuten / zur Therapeutin steigern. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 17f)

Der Dialog kann für Menschen mit psychischen oder physischen Beeinträchtigungen eine Alternative zum Gesprächspartner Stofftier werden und / oder der Einstieg für Verhaltensalternativen sein. Schon allein die Anwesenheit eines tierischen Sozialpartners gibt das Gefühl von Geborgenheit und Ruhe. Das Zusammentreffen mit einem Tier kann sich für alle Personen zu einem kommunikativen Wahrnehmungserlebnis entwickeln. Da der Mensch mittlerweile hauptsächlich visuellen und akustischen Reizen durch TV, Computer, Werbung und Musik ausgesetzt ist, gibt es zeitgleich einen Mangel bei den anderen Sinnen. Dem Ganzen kann durch Begegnungen mit Tieren entgegengewirkt werden. Bei der unmittelbaren Reizaufnahme, wie begreifen eines Gegenstandes oder des Tieres, wird der taktile Sinn

gefördert. Die Aufnahme über ein Medium meint zum Beispiel, die Lautäußerungen oder die Bewegungen des Tieres wahrzunehmen. Weiters können Informationen des eigenen Körpers aufgenommen werden. Es wird die Körperwahrnehmung durch Muskelbewegungen gefördert. (vgl. OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 103ff)

2.2. Psychische / Physische und Soziale Effekte

Bei einer guten Mensch-Tier-Beziehung können eine Reihe von positiven Effekten nachgewiesen werden, die ich im Folgenden demonstrativ aufzählen möchte:

Physische Wirkungen

- Senkung des Blutdrucks und der Herzfrequenz
- Muskelentspannung
- Schmerzverringering
- Motorische Aktivierung
- Muskeltraining
- Aktivierung der Verdauung
- Reduzierung von Übergewicht / Alkohol- und Nikotingenuss
- Förderung von Regelmäßigkeit / Tagesstruktur

Psychische Wirkungen

- Kognitive Anregung und Aktivierung durch Lernen über Tiere
- Förderung emotionalen Wohlbefindens durch Zuwendung, Bestätigung, Trost, Ermunterung, Zärtlichkeit
- Förderung von positivem Selbstbild, Selbstwertgefühl, Selbstbewusstsein
- Förderung von Kontrolle über sich selbst und die Umwelt
- Förderung von Sicherheit und Selbstsicherheit, Reduktion von Angst
- Psychologische Stressreduktion, Beruhigung und Entspannung
- Psychologische Wirkung sozialer Integration, Geborgenheit, Gemeinsamkeit
- Regressions-, Projektions- und Entlastungsmöglichkeiten
- Antidepressive Wirkung, antisuizidale Wirkung

Soziale Wirkungen

- Aufhebung von Einsamkeit und Isolation
- Nähe, Intimität, Körperkontakt, das Erleben von Beziehungen und Verbundenheit
- Streitschlichtung, Familienzusammenhalt
- Vermittlung von positiver sozialer Attribution, Sympathie, Offenheit, Unverkramptheit

(vgl. OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 66ff)

2.3. Bindung und Fürsorge

(URMONEIT, I., 2020, S. 21) Schon zu Beginn des Lebens werden Verbundenheit (Bindung) und eigenständiges Wachstum (Autonomie) als grundlegende Zielsetzungen des Lebens in Form von Mustern im Gehirn angelegt.

Mary Dinsmore Salter Ainsworth definierte vier Kriterien, deren Erfüllung notwendig sind, um eine sichere Bindungsfigur zu haben. (vgl. BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. 2014, S. 164f)

(BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. 2014, S. 165) Kriterien einer sicheren Bindungsfigur:

- 1) Die Bindungsfigur ist eine zuverlässige Quelle für Trost und Rückversicherung und erlaubt deshalb die Exploration (sichere Basis).
- 2) Bei psychischem und körperlichem Stress wird Nähe zur Bindungsfigur gesucht, um ein Gefühl der Sicherheit zu erhalten (sicherer Hafen).
- 3) Die körperliche Nähe zu einer Bindungsfigur geht mit positiven Gefühlen einher (Aufrechterhaltung von Nähe).
- 4) Trennungen von der Bindungsfigur gehen mit negativen Gefühlen einher (z. B. Vermissen der Bindungsfigur, Trennungsschmerz).

(BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. 2014, S. 165) Während die Kriterien „Aufrechterhaltung von Nähe“ und „Trennungsschmerz“ sowohl Bindungs- als auch Fürsorgebeziehungen charakterisieren, beziehen sich die Kriterien „sichere Basis“ und „sicherer Hafen“ ausschließlich auf Bindungsbeziehungen.

Um die Fähigkeiten, Bindungen aufzubauen, erwerben zu können, ist das Bezugssystem des Kindes ausschlaggebend. Es ist wichtig für Kinder immer einen sicheren Rückzugsort zu haben. Dieser sollte ihnen Schutz, Sicherheit, Nähe und Trost bieten. Wenn Menschen, vor allem Kinder, keinen Zufluchtort haben, kann dies zu erheblichen Stressreaktionen führen. Das Gehirn kann dann nicht mehr auf gelernte Lösungsstrategien zugreifen. Es kommen in der Folge Verhalten wie Flucht, Angriff oder Erstarrung zum Vorschein. Sollte es über einen langen Zeitraum immer wieder der Fall sein, dass Kinder sich im Stich gelassen fühlen, kann das zu Verhaltensauffälligkeiten bis hin zu erheblichen psychischen Problemen führen. Oftmals verlieren Kinder komplett das Vertrauen zu Erwachsenen. Dann kann ein Tier, eingesetzt als Vermittler, einen wichtigen Teil in der Psychotherapie übernehmen. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 22f)

2.3.1. Bindung und Fürsorge in der Mensch-Tier-Beziehung

Die oben genannten Kriterien können auch in der Mensch-Tier-Interaktion zutreffen, das heißt Personen können zu ihren Kumpantieren ein bindungsartiges Verhältnis aufbauen. Die Anwesenheit des Tieres löst positive Gefühle aus. Genauso ist beispielsweise der Hund, die Katze oder das Pferd ein Trostspender und vermittelt Sicherheit in Stresssituationen. Nach dem Tod seines Haustieres werden bei Menschen die gleichen Trauerphasen erlebt, wie bei dem Verlust einer geliebten Person. (vgl. BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. 2014, S. 164ff)

2.3.2. Funktion von Oxytocin

(<https://de.wikipedia.org/wiki/Oxytocin>) Oxytocin ist ein im Gehirn produziertes Hormon, welches eine wichtige Bedeutung unter anderem beim Geburtsprozess einnimmt, bei dem es die Gebärmutter dazu bringt, sich zusammenzuziehen und damit Wehen auslöst. Zudem stimuliert Oxytocin die Brustdrüsen zur Abgabe von Milch. Gleichzeitig beeinflusst es nicht nur das Verhalten zwischen Mutter und Kind sowie zwischen Geschlechtspartnern, sondern auch ganz allgemein soziale Interaktionen.

Diese gibt es nicht nur im Zusammenspiel zwischen Menschen, sondern auch in der Mensch-Tier-Beziehung. In diesem Bezug kann es das Streicheln, der Hautkontakt oder sogar nur der Blickkontakt mit einem vertrauten Tier sein, welches den Oxytocinspiegel ansteigen lässt. Die vermehrte Oxytocinproduktion reduziert Angstgefühle, die Schmerzschwelle wird erhöht und das Gefühl von Ruhe wird dadurch erreicht. Stressparameter wie der Cortisolspiegel im Blut und der Blutdruck werden, durch die Oxytocinausschüttung im Körper ebenfalls gesenkt. Außerdem werden Lern- und Heilungsprozesse bewirkt. (vgl. BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. 2014, S. 83)

3. Mensch und Pferd

„Das Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde.“ Dieses Sprichwort sagt schon viel über die Beziehung zwischen Menschen und Pferden aus. Es ist eines der wertvollsten Tiere, das in der therapeutischen Arbeit genutzt werden kann. Der Umgang zwischen Menschen und Pferden ist intensiver und somit auch bedeutender, weil diese Tiere mit allen Sinnen gespürt werden. Sie können versorgt und gestreichelt werden, wie auch andere Tiere, aber dazu kommt das Sitzen auf dem Pferd und das Spüren der Bewegungen. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 56)

3.1. Eine gemeinsame Entwicklungsgeschichte

In Nordamerika wurde Mitte des 19. Jahrhunderts das Skelett des Ursprungspferdes „Eohippus“ gefunden, das nur circa die Größe eines Fuchses aufwies. Die Nachfolger veränderten, aufgrund der unterschiedlichen Umwelteinflüsse und -gegebenheiten, ihren Körperbau. Sie passten sich nach und nach mehr an das Leben in den Steppen an. Die Beine wurden länger und kräftiger, um schneller laufen und weitere Strecken zurücklegen zu können. Sie bekamen einen größeren Kopf, an dem die Augen seitlich waren, um Feinde mit dem nun möglichen Rundumblick früher zu sehen. Es entwickelten sich drei bedeutende Urfferdetypen, die die Vorfahren aller heutigen Pferderassen sind. Diese sind das asiatische Wildpferd, der Tarpan aus Osteuropa und der

ukrainischen Steppe und der „Equus silvaticus“ aus dem nordeuropäischen Marschland. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 57)

Die ersten Berührungspunkte zwischen Menschen und Pferden waren vor circa 5000 Jahren, wobei damals die Tiere gejagt und als Nahrungsquelle genutzt wurden. Die anfängliche Domestikation wurde wahrscheinlich von Nomadenstämmen vorgenommen. Auch hier wurde noch ihr Fleisch gegessen, das Fell für Kleidung und ihre Ausscheidungen als Brennstoff genutzt. Im Laufe der Zeit mussten die Völker immer weitere Strecken zurücklegen und nutzten bald die ruhigeren Tiere, um ihre Lasten tragen zu lassen. Daraus folgte dann auch, dass sich die Menschen selbst auf die Pferde setzten. Das Pferd wurde zum Statussymbol, mit dem sich Männer profilierten und sich gern zeigten. Es bekam besondere Bedeutung im wirtschaftlichen und militärischen Bereich. Die klassische Reitweise hat seinen Ausgangspunkt im militärischen Gebrauch dieser Tiere. Es wurde als Reit-, Last- und Zugtier eingesetzt. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 57ff)

Mit dem Fortschreiten der Mechanisierung und Motorisierung wurde das Pferd immer seltener benötigt. Heute wird es nicht nur im Breiten- und Spitzensport eingesetzt, sondern ist auch ein geliebter Freizeitpartner und weiters ein hervorragendes Therapietier. Das Pferd präsentiert Kraft, Freiheit, Schönheit, Eleganz und Schnelligkeit. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 59)

3.2. Das Wesen des Pferdes und die Wirkung auf den Menschen

Pferde sind Herdentiere, das heißt, sie brauchen den Kontakt mit Artgenossen. Jedes Tier hat einen bestimmten Rang in der Gruppe. Wenn ein Pferd allein gehalten wird, wird es depressiv und kann extreme Verhaltensstörungen entwickeln. Diese feinfühligsten Tiere können, ähnlich wie Menschen, einen psychologischen Absturz erleben, zum Beispiel nach dem Tod oder Verlassen eines geliebten Herdenmitgliedes oder einem traumatischen Ereignis. Das Verlangen nach Gesellschaft und Beziehungen ist ein Merkmal, das Menschen mit Pferden verbindet. Vielleicht ist genau aus diesem Grund dieses sensible Tier so für die tiergestützte Intervention geeignet. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 63)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 205) Das Pferd nimmt bereits seit Urzeiten weltweit eine zentrale Position im Denken der Menschen ein. In der hawaiianischen Huna-

Lehre symbolisiert es beispielsweise die allumfassende Liebe, die indianischen Schamanen und die Maya sprechen ihm sowohl physische Kraft und Energie als auch überirdische Macht im Sinne von Intuition zu und seit jeher wird das Pferd auf Kunstwerken, Gemälden oder Wandverzierungen abgebildet und in den unterschiedlichsten Kulturen als eine Art Archetypus verehrt.

(FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 63) Bereits in der Antike wussten Hippokrates und Xenophon von der heilenden Wirkung des Pferdes auf die körperliche, geistige und seelische Gesundheit des Menschen.

Pferde sind lernfreudige, harmoniebedürftige und gutmütige Wesen, die große Beliebtheit unter den Menschen erreicht haben. Respekt verschafft ihnen weiterhin ihre Größe und ihr naturbelassener Charakter, jedoch ist durch ihre empathische Persönlichkeit keine Angst vorhanden. Neben Hunden und Katzen zählen auch Pferde zu den Tieren, die eine starke Verbindung zu Menschen aufbauen können. Manche Reiter / Reiterinnen berichten sogar von einer magisch-mystischen Beziehung, in der das Pferd auf Gedanken und Gefühle reagiert. Pferde handeln nach ihren Ursprunginstinkten. Ihre Taten sind eindeutig, direkt und authentisch. Sie verstellen sich nicht. Ihre Emotionen sind anhand der Körpersprache, an ihren Bewegungen und am Verhalten klar zu sehen. Um dieses allerdings auch richtig interpretieren zu können, muss ein bestimmtes Wissen über die nonverbale Kommunikation des Pferdes und eine ausreichende Erfahrung vorhanden sein. Der Mensch wird als Mitglied in der Herde gesehen. Je nach dem Auftreten und dem Handeln wird diese Person als ranghöher oder rangniedriger angesehen. Wird ein Mensch als Anführer akzeptiert, profitieren vor allem unsichere Menschen mit geringem Selbstwertgefühl davon, weil ihnen ein so großes Lebewesen vertraut und folgt. Bei Pferden sollte mit einem sogenannten „Vertrauensvorschuss“ gearbeitet werden, das heißt, wenn der Mensch Angst gegenüber dem Pferd zeigt, wird dieses kaum mitarbeiten und unruhig sein, weil es selbst verunsichert ist. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 62ff)

(FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 64f) Die Arbeit mit Pferden bietet Menschen somit die Gelegenheit sich selbst besser einzuschätzen und kennen zu lernen, aber auch Selbstkontrolle zu bewahren.

Werden Pferde in der Therapie eingesetzt, gibt es neben dem Reiten viele weitere Bestandteile, die mit Einfluss auf das Ziel der Einheit nehmen, nämlich visuelle, akustische, olfaktorische,

sensorische und kinästhetische. Die Beziehungsebene zwischen dem Klienten / der Klientin und dem Tier spielt eine wichtige Rolle, die beim Putzen und Versorgen des Pferdes beginnt. Wird so eine gewisse Vertrauensverbindung aufgebaut, profitiert diese Person enorm davon. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 65)

Visuelle Reize werden schon durch das Beobachten des Pferdes auf der Koppel gesetzt. Wie verhält sich das Tier auf der Weide mit seinen Artgenossen? Welche Geräusche kann ein Pferd machen? Hier wird der akustische / auditive Sinn genutzt. Wenn ich das Tier streichle, sein Fell spüre, werden die taktilen Reize vermittelt. Olfaktorisch bedeutet den Geruch des Pferdes und des Stalles wahrzunehmen. Und der kinästhetische Sinn beschreibt das Wahrnehmen. Wie nehme ich meinen eigenen Körper beim Sitzen am Pferd wahr? (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 21)

(FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 65) Bedürfnisse nach Vitalität und Sehnsucht nach Liebe, Hautkontakt, Emotionalität und Wärme können durch den engen Kontakt mit Pferden befriedigt werden, da diese eine fast intime Nähe zum Menschen zulassen.

4. Tiergestützte Therapie

Der europäische Dachverband für tiergestützte Therapie, auch ESAAT- European Society for Animal Assisted Therapy genannt, definiert den Begriff folgendermaßen:

(<https://www.essat.org/definicion-tiergestuetzter-therapie/>) „Tiergestützte Therapie“ umfasst bewusst geplante pädagogische, psychologische und sozialintegrative Angebote mit Tieren für Kinder, Jugendliche, Erwachsene wie Ältere mit kognitiven, sozial-emotionalen und motorischen Einschränkungen, Verhaltensstörungen und Förderschwerpunkten. Sie beinhaltet auch gesundheitsfördernde, präventive und rehabilitative Maßnahmen. Tiergestützte Therapie findet im Einzel- und Gruppensetting statt. Basis der tiergestützten Therapie ist die Beziehungs- und Prozessgestaltung im Beziehungsdreieck Klient – Tier – Bezugsperson. Tiergestützte Therapie beinhaltet Methoden, bei denen Klienten mit Tieren interagieren, über Tiere kommunizieren oder für Tiere tätig sind. Die Durchführung erfolgt zielorientiert anhand einer

klaren Prozess- und Themenorientierung unter Berücksichtigung tierethischer Grundsätze mit anschließender Dokumentation und fachlich fundierter Reflexion.

4.1. Begriffserklärungen

(FÖRSTER, A., MUTH, C. Hrsg., 2005, S. 26) Unter dem Begriff der **Therapie** werden allgemein Heilbehandlungen, Behandlungen von Krankheiten oder andere Heilverfahren verstanden. Bei der `Therapie` handelt es sich also um menschliches Lernen, welches sich im Zusammenhang mit einer Strukturierung von Aneignungsprozessen vollzieht, mit dem Ziel die eigene Lebensqualität zu steigern.

(FÖRSTER, A., MUTH, C. Hrsg., 2005, S. 26) `**Tiergestützt**` können somit sämtliche Projekte genannt werden, welche Tiere in irgendeiner Form in therapeutische Prozesse einbeziehen. Derartige Therapieformen können somatischen, sozialen oder psychotherapeutischen Charakter haben als auch Mischformen derselben sein.

Es werden alle Betätigungsfelder „tiergestützt“ benannt, in denen Tiere in jeglicher Art und Weise eingesetzt werden. Tiere können zum allgemeinen Wohlergehen oder zum Erreichen bestimmter Ziele herangezogen werden. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. Hrsg., 2005, S. 26)

Im anglo-amerikanischen Raum, welcher die USA, Kanada, Australien und England umfasst, wurde schon viel früher die Wirkung von Tieren festgestellt als in deutschsprachigen Ländern. Die 1977 in den USA gegründete Delta Society entwickelte 1996 die Begriffe Animal-Assisted-Activities und Animal-Assisted-Therapy. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 29)

Im deutschsprachigen Raum haben sich in der Literatur folgende Begriffe durchgesetzt.

- die Tiergestützte Aktivität (TG A)
- die Tiergestützte Förderung (TG F)
- die Tiergestützte Pädagogik (TG P)
- die Tiergestützte Therapie (TG T)

(vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 34)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 34) Unter **Tiergestützter Aktivität** sind Interventionen im Zusammenhang mit Tieren zu verstehen, welche die Möglichkeit bieten erzieherische, rehabilitative und soziale Prozesse zu unterstützen und das Wohlbefinden von Menschen zu verbessern. Sie werden durchgeführt von mehr oder weniger ausgebildeten Personen unter Einbezug eines Tieres, welches für den Einsatz geeignet sein sollte, das heißt welches spezifische Merkmale aufweisen sollte. (Der Einsatz eines aggressiven Hundes im Krankenhaus beispielsweise entspräche dieser Definition eher nicht). Ziel der Tiergestützten Aktivität ist die allgemeine Verbesserung des Wohlbefindens.

Die tiergestützte Aktivität wird von Laien und ehrenamtlichen Personen mit ihren dafür qualifizierten Tieren durchgeführt. Es bedarf keiner Dokumentation dieser gelegentlichen Besuchsdienste in Alten- oder Pflegeheimen, Kinderheimen oder Krankenhäusern. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 47)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 37) Unter **Tiergestützter Förderung** sind Interventionen im Zusammenhang mit Tieren zu verstehen, welche auf der Basis eines (individuellen) Förderplans vorhandene Ressourcen des Kindes stärken und unzulänglich ausgebildete Fähigkeiten verbessern sollen. Sie werden durchgeführt von unterschiedlich qualifizierten Experten im pädagogisch-sonderpädagogischen Bereich (Lehrer, Sozialpädagogen, Sprachheil- und Physiotherapeuten etc.) unter Einbezug eines Tieres, welches für den Einsatz trainiert wurde. Ziel der Tiergestützten Förderung ist die Unterstützung von Entwicklungsfortschritten.

Die tiergestützte Förderung findet mehrmals zu fix vorgegeben Terminen statt. Dabei ist eine Protokollierung der durchgeführten Tätigkeiten anzuraten. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 47)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 41) Unter **Tiergestützter Pädagogik** werden Interventionen im Zusammenhang mit Tieren subsumiert, welche auf der Basis konkreter, klienten-/kinderorientierter Zielvorgaben Lernprozesse initiieren, durch die schwerpunktmäßig die emotionale und die soziale Kompetenz des Kindes verbessert werden soll. Sie werden durchgeführt von Experten im pädagogisch-sonderpädagogischen Bereich (z. B. Lehrpersonal)

unter Einbezug eines Tieres, welches für den Einsatz spezifisch trainiert wurde. Ziel der Tiergestützten Pädagogik ist die Initiierung und Unterstützung von sozial-emotionalen Lernprozessen, das heißt Ziel ist der Lernfortschritt in diesen Bereichen.

Die tiergestützte Pädagogik wird zu festgelegten Zeiten über einen längeren Zeitraum durchgeführt. Die einzelnen Einheiten werden, bezugnehmend auf die Ziele, dokumentiert. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 47)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 44) Unter **Tiergestützter Therapie** werden zielgerichtete Interventionen im Zusammenhang mit Tieren subsumiert, welche auf der Basis einer sorgfältigen Situations- und Problemanalyse sowohl das Therapieziel als auch den Therapieplan unter Einbezug eines Tieres festlegen. Sie sind auf eine gezielte Einwirkung auf bestimmte Leistungs- und / oder Persönlichkeitsbereiche, oder auf die umfassende Be- und Verarbeitung von konfliktreichem Erleben ausgerichtet. Sie werden durchgeführt von therapeutisch qualifizierten Personen, die je nach Therapiekonzept das spezifisch trainierte Tier als integralen Bestandteil in die Behandlung einbeziehen. Ziel der Tiergestützten Therapie ist die Verhaltens-, Erlebnis- und Konfliktbearbeitung zur Stärkung und Verbesserung der Lebensgestaltungskompetenz.

Die tiergestützte Therapie bedarf regelmäßiger Sitzungen zu bestimmten Zeiten über einen längeren Zeitraum. Dabei wird von jeder Einheit ein Protokoll verfasst, indem auch der erzielte Fortschritt dokumentiert werden muss. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 47)

4.2. Entstehung

Es ist nichts Neues, dass Tiere positive Effekte auf Menschen haben, unseren Allgemeinzustand verbessern und die Selbstheilungskräfte aktivieren. In Belgien wurden schon im 8. Jahrhundert gezielt Tiere für den therapeutischen Nutzen herangezogen. 1792 wurde in England eine Einrichtung für Geisteskranke gegründet. In dieser wurden die Patienten dazu angeregt sich um die Gärten und Kleintiere zu kümmern, denn schon die Mönche des dortigen Klosters waren der Meinung, dass Gebete und Tiere dem Körper und der Seele helfen. Im 19. Jahrhundert gab es in Deutschland eine Klinik für an Epilepsie erkrankte Personen, die von Beginn an auf die

Wirkungen von Hunden, Katzen, Schafen und Ziegen vertraute. Heute ist dieses in Bethel ansässige Zentrum, in dem nach wie vor Tiere eingesetzt werden, eines der größten weltweit. Leider wurden die Wirkungen der Tiere hier nicht genau dokumentiert. Der erste Einsatz mit Tieren in Krankenhäusern wurde Mitte des 20. Jahrhunderts in New York durchgeführt. Dort wurden sie bei den Kriegsveteranen eingesetzt, um diesen bei der Bewältigung der erlebten Traumata zu helfen. Sie sorgten für die Tiere und fühlten sich so wieder akzeptiert und gebraucht. Diese ganzen frühen Ansätze tiergestützter Arbeit wurden weder genau dokumentiert noch evaluiert, wodurch keine wissenschaftlich fundierten Ergebnisse vorliegen. 1944 veröffentlichte James Bossard einen Artikel über die positiven Auswirkungen des Hundes als Haustier, der großes Interesse erweckte. Jedoch erst durch die Publizierungen des Kinderpsychotherapeuten Boris Levinson zwischen 1962 und 1970, begann das Interesse der Wissenschaftler, die Wirkungen tiergestützter Intervention zu untersuchen. Da Boris Levinson der Erste war, der ein Tier gezielt in seinem Beruf einsetzte, wird er als Gründer der tiergestützten Therapie genannt. Auf diese Effekte kam er jedoch eher zufällig. Ein Therapiekind, das bis dahin noch nie Kontakt zu ihm oder zur Umwelt aufnahm, interagierte sofort mit seinem neu anwesenden Hund, begann sogar mit diesem zu sprechen. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 26f und vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. Hrsg., 2005, S. 27f)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 27) Das Interesse an diesem Thema nahm nach seinen Veröffentlichungen immer mehr zu und ein neuer Wissenschaftszweig „Mensch-Tier-Beziehung“ („Human-Animal Interactions“) entstand.

(FÖRSTER, A., MUTH, C. Hrsg., 2005, S. 29) Ende der 70er Jahre entstand eine erste Gruppe aus Medizinern, Verhaltensforschern, Psychologen, Psychotherapeuten und Gerontologen aus den USA und England, welche die Mensch-Tier-Beziehung weiter erforschen wollten.

Für viel Aufregung im positiven Sinn sorgte der erste Kongress 1980 mit dem Namen „Human/Companion Animal Bond“. Der Begriff „Pet facilitated therapie“ entstand und daraus resultierte eine neue Wissenschaft, die sich mit der Mensch-Tier-Beziehung beschäftigte. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. Hrsg., 2005, S. 29)

1977 wurde in Europa ein Institut unter der Leitung des Verhaltensforschers Prof. Dr. Dr. Konrad Lorenz gegründet. In dem „Institut für interdisziplinäre Erforschung der Mensch-Tier-

Beziehung“ werden vor allem Erkenntnisse über das Zusammenleben von Mensch und Tier gewonnen und vertieft. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. Hrsg., 2005, S. 29f)

4.3. Einwirkungsbereiche

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 116) Die im Zusammenhang mit den unterschiedlichen Interventionsformen genannten Zielbegriffe

- Steigerung des Wohlbefindens, der Lebensqualität (Tiergestützte Aktivität)
- Entwicklungsfortschritte, Lernfortschritte (in spezifischen Bereichen – Tiergestützte Pädagogik)
- Erhöhung der Lebensgestaltungskompetenz (Tiergestützte Therapie)

stellen eine Richtschnur für die unterschiedlichen Wirkweisen dar, die im Zusammenhang betrachtet ausgerichtet sind auf die Anbahnung, Verbesserung und Festigung vielfältiger Einzelkompetenzen, die in wechselseitiger Verwobenheit und teilweise Abhängigkeit zum einen untereinander Überschneidungsbereiche aufweisen, zum anderen als Wirkungszusammenhang betrachtet werden müssen.

Es gibt kaum Studien zur Effektivität tiergestützter Interventionen. Trotzdem ist davon auszugehen, dass es positive Wirkungen im Bereich der Motorik / Körpergefühl, Kognition / Lernen, Wahrnehmung, Soziabilität, Emotionalität und Sprache / Kommunikation gibt. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 104 / 117)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 117f) Unter **Motorik** wird gemeinhin die Gesamtheit aller willkürlich kortikal gesteuerten Bewegungsvorgänge verstanden, die Bewegungsvorgänge also, die bewusst sind und die willentlich beeinflusst, erlernt und trainiert werden können.

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 118f) **Kognition** stellt eine eher ungenaue Sammelbezeichnung dar für alle Prozesse oder Strukturen, die mit dem Erkennen der Wirklichkeit zusammenhängen, zum Beispiel Denken, Wahrnehmung, Vorstellung, Beurteilung, Lernen, Gedächtnis. Kognition umfasst einerseits Prozesse des Wahrnehmens und Verarbeitens von Wirklichkeit, einschließlich der ihnen zugrunde liegenden subjektiven und objektiven Bedingungen, unter anderem genetischer, physiologischer, psychologischer und

sprachlicher Art. Mit Hilfe kognitiver Prozesse erhält der Mensch Kenntnis von sich und seiner Umwelt, das heißt er wird sich seiner und seiner Umwelt bewusst.

Es konnte 2007 von Gee, Harris und Johnson gezeigt werden, dass Kinder in Anwesenheit von Hunden motorische Geschicklichkeitsaufgaben schneller lösten als in der gleichen Situation ohne Hunde. Einerseits hat das Tier die Kinder motiviert und andererseits hat dieser auch den Stresslevel der Kinder herabgesetzt und sie beruhigt. Somit konnten diese ihre Leistung besser erbringen. In weiteren Studien konnte belegt werden, dass die Anwesenheit von Hunden in pädagogischen Settings die Lernprozesse und die Konzentration der Kinder fördern. (vgl. BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. 2014, S. 68f)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 119f) **Wahrnehmung** bezeichnet den Prozess der Aufnahme und zentralen Verarbeitung multimodaler Sinneseindrücke, die durch Reizung der peripheren Sinnesorgane ein anschauliches Bewusstwerden der Gegenstände, Zustände oder Vorgänge des eigenen Körpers und der Umwelt ermöglichen. Der Wahrnehmungsprozess stellt ein komplexes, ganzheitliches Erleben dar, welches zusätzlich zu den Sinnesempfindungen durch Gedächtnisinhalte, Interessen, Stimmungen und Erwartungen mitbestimmt wird.

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 120f) Der Begriff **Soziabilität** umfasst all jene Eigenschaften und Verhaltensweisen, die ein auf die Gemeinschaft bezogenes, angemessenes Handeln ermöglichen. Er verweist auch auf die Neigung und die Fähigkeit des Individuums zu sozialem Anschluss, zur gesellschaftlichen Ein- oder Anpassung sowie zur Geselligkeit aufgrund des sozialen Kontaktbedürfnisses.

Zum Thema Einfühlungsvermögen / Empathie lassen sich kaum Studien mit relevanten Ergebnissen finden. Jedoch kann kurz zusammengefasst werden, dass die Haltung von Haustieren einen möglichen Effekt auf die Entwicklung der Empathie aufweist. Je enger die Beziehung zum eigenen Tier ist, desto höhere Empathiewerte entwickelten die Kinder auch anderen Personen gegenüber. (vgl. BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. 2014, S. 69f)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 121f) Unter dem Begriff **Emotionalität** können alle Gefühlsregungen eines Menschen, positive (Freude, Ausgelassenheit, Sympathie etc.) wie negative (Angst, Trauer, Ärger etc.) zusammengefasst werden, im Sinne der Gesamtheit des

emotionalen Geschehens. Der Begriff kennzeichnet jedoch auch eine Form der Wirklichkeitserfassung auf stark emotionaler, statt auf kognitiver Basis. In diesem Zusammenhang spielen Begriffe wie emotionale Kontrolle bzw. emotionale Selbststeuerung, Frustrationstoleranz und Ich-Stärke bzw. Selbstwert-Stabilität eine große Rolle.

Barker, Pandurangi und Best untersuchten 2003 das subjektiv empfundene Angst- und Furchtempfinden von psychiatrischen Patienten / Patientinnen vor einer Therapieeinheit. Die erste Gruppe interagiert 15 Minuten lang, vor der Behandlung, mit einem Hund. Die Kontrollgruppe las ein Magazin. Die selbsteingeschätzte Furcht und Angst verringerte sich signifikant bei der Hundegruppe. (vgl. BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. 2014, S. 71)

In weiteren Studien wurde herausgefunden, dass es nicht zwangsläufig immer ein direkter Kontakt zum Tier sein muss. Es reicht der indirekte, rein visuelle Kontakt zu Tieren, wie es zum Beispiel bei Aquarien der Fall ist, um die Angst bei Patienten / Patientinnen zu reduzieren und das Ruheempfinden zu erhöhen. (vgl. BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. 2014, S. 71f)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 122f) Mit dem Begriff **Sprache** werden die je individuellen, kulturell tradierten Möglichkeiten von Menschen verstanden, sich untereinander zu verständigen. Sprache ermöglicht die soziale Einbindung in die Gesellschaft. Sie steht in engem Zusammenhang mit dem schulischen Lernen, mit dem Gedächtnis sowie mit der Identitätsbildung eines Menschen.

4.4. Gründe für den Einsatz von Pferden bei Interventionen

Aufgrund anatomischer Gegebenheiten bei Pferden im Gehirn, sie besitzen keinen frontalen Cortex, können sie Gefühle und Verhalten nicht voneinander unterscheiden. Sie sind Tiere, die primär intuitiv und gefühlsbetont handeln ohne dabei zu überlegen, wie sie auf Menschen reagieren sollen. Dementsprechend haben diese Tiere keinerlei Vorurteile den Personen gegenüber, die mit ihnen interagieren. Weder das Geschlecht, noch die Hautfarbe oder die Stellung in der Gesellschaft spielen eine Rolle. Pferde gehen völlig wertfrei und neutral in die Mensch-Tier-Beziehung. Somit sind diese Lebewesen perfekt für jeglichen interkulturellen Einsatz geeignet. Die Personen bekommen eine eindeutige Rückmeldung über ihr Handeln und

ihre Ausstrahlung als Führungsfigur. Diese großen, zu Beginn oft etwas angsteinflößenden Geschöpfe geben immer ausnahmslos aufrichtiges Feedback über die, in diesem Moment, gesetzten Handlungen. Dies geschieht ohne Zeitverzögerung, das heißt, das eigene Verhalten wird sofort reflektiert. Sie sind ausgezeichnete Körperspracheexperten sowie Experten in der Verständigung ohne Worte. (vgl. SCHÜTZ, K., 2020, S. 76ff)

(HEINTZ, B., 2021, S.54) Manche Reaktionen der Pferde geben zusätzlich Aufschluss über die innere Befindlichkeit der Patientinnen, das heißt, sie ergänzen, irritieren, bestätigen oder korrigieren die Wahrnehmung der Therapeutin.

Pferde haben auch gelernt, die Mimik von Menschen zu erkennen und zu interpretieren. Diese Fähigkeiten können auch im Coaching und in der tiergestützten Psychotherapie sehr gut angewandt werden. (vgl. SCHÜTZ, K., 2020, S. 78)

Das japanische Team um Ayaka Takimoto zeigte insgesamt 19 Pferden ein Foto von bekannten und fremden Menschen. Die Bilder zeigten entweder freundliche oder wütende Gesichter. Gleichzeitig hörten die Pferde dazu Stimmen aus einem Lautsprecher, mit genauso einen fröhlichen oder aggressiven Tonfall. Dieser deckte sich allerdings nicht immer mit dem gezeigten Foto. Im Falle eines Widerspruchs, das heißt freundliches Foto mit böser Stimme oder umgekehrt, zeigten sich die Pferde sichtlich verwirrt und irritiert. Sie blickten deutlich länger in Richtung der Lautsprecher. (vgl. HEINTZ, B., 2021, S.55f)

(HEINTZ, B., 2021, S.56) Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass Pferde menschliche Gesichtsausdrücke und Sprachtöne zusammenfügen, um menschliche Emotionen zu erkennen, das heißt über eine sogenannt cross-modale Wahrnehmung verfügen. (Takimoto, Nakamura und Hasegawa, 2018)

Die Personen können somit lernen, auf ihre eigenen, vom Pferd gespiegelten, Gefühle tätig zu werden. Ein anderer Vorteil an diesen tiergestützten Interventionen ist, dass Menschen leichter und lieber mit diesen Lebewesen kommunizieren, als mit ihnen fremden Personen. Sie interagieren mit dem Pferd als Team, lösen gemeinsam, mit Unterstützung, Aufgaben. Somit wird die nonverbale wie verbale Kommunikation gefordert und gefördert. Tier und Mensch arbeiten gemeinsam als System. Pferde reagieren auf die kleinsten Veränderungen am Gegenüber, nehmen dessen Gefühle wahr und spiegeln diese wider. (vgl. SCHÜTZ, K., 2020, S. 76ff)

4.5. Pferde als Spiegelbild

(FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 68) Pferde sind Meister im Lesen von Körpersprache, denn diese ist ihr 'Hauptkommunikationsmittel'.

Diese Tiere sind sehr empathisch und antworten auf unsere psychische Situation und unseren Tonfall. Weiters nehmen sie auch unseren Körpergeruch wahr, da ängstliche oder aggressive Menschen eigene Ausdünstungen haben. Pferde können dann selbst unsicher und unruhig werden, wenn sie dies bei Personen feststellen. Ein Beispiel ist, wenn sich der Reiter / die Reiterin am Pferd sitzend verkrampft und dieses den erhöhten Muskeltonus spürt, dann wird es auch seine Rückenmuskulatur anspannen um Schmerzen vorzubeugen. Weiters kann es beängstigt sein, Alarmbereitschaft zeigen und seine Umgebung genau beobachten, da es die Anspannung und den Stress des Menschen wahrnimmt. (vgl. FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 68)

Andererseits ist es auch möglich, dass Pferde gerade bei ängstlichen Personen besonders vorsichtig werden und zum Beispiel stehen bleiben, wenn sie merken, dass der Reiter / die Reiterin aus dem Gleichgewicht kommt. Sie versuchen die Aufregung und Anspannung auszugleichen und zu kompensieren. (vgl. HEINTZ, B., 2021, S.54f)

(FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.), 2005, S. 68) Pferde geben uns demzufolge ein 'lebendes Feedback', da sie unsere inneren Prozesse äußerlich sichtbar machen. Wer liebevoll mit (s)einem Pferd umgeht, der bekommt auch Liebe zurück.

4.6. Vielfalt der Einsetzbarkeit

Aufgrund der bereits erwähnten vielfältigen positiven Effekte von Pferden in der tiergestützten Intervention, können diese in unterschiedlichen Bereichen eingesetzt werden.

4.6.1. Heilpädagogische und therapeutische Förderung mit dem Pferd

(<https://www.oktr.at/web/foerderung-mit-dem-pferd>) Bei der heilpädagogischen und therapeutischen Förderung mit dem Pferd (HTFP) handelt es sich um eine ressourcenorientierte

Förderung und ein prozessorientiertes Begleiten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Hilfe eines Therapiepferdes. Abgestimmt auf die Bedürfnisse, Ressourcen und Fähigkeiten der Klient*innen werden psychologische, psychotherapeutische, rehabilitative und soziointegrative Maßnahmen mit Hilfe des Pferdes umgesetzt. Bei dieser ganzheitlichen Therapieform wird eine positive Beeinflussung des Befindens, des Sozialverhaltens und der Persönlichkeitsentwicklung angestrebt. Das Bewegt- und Getragenwerden auf dem Pferderücken und die Gestaltung der Beziehung zum Therapiepferd und zum(zur) Therapeut*in unterstützen die Klient*innen in der Auseinandersetzung mit ihren individuellen Schwierigkeiten.

Ärzte und Ärztinnen sowie Therapeuten und Therapeutinnen merkten Mitte des 20. Jahrhunderts, dass sie Pferde bei motorisch eingeschränkten bzw. beeinträchtigten Menschen einsetzen können. Die rhythmischen Bewegungen eines Pferdes beim Daraufsitzen ermöglichen ganz neue Ansätze für neurophysiologische Störungen, die sich die Hippotherapie zu Nutzen machte. In den 1960er Jahren entstand auf pädagogischer Ebene eine eigene pferdegestützte Intervention, das Heilpädagogische Voltigieren und Reiten. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 208)

4.6.1.1. Hippotherapie

(<https://www.oktr.at/web/hippotherapie>) Unter Hippotherapie versteht man eine spezielle physiotherapeutische Maßnahme, die bei behinderten und kranken Personen das Pferd und dessen dreidimensionale Rückenbewegung unter medizinischen Gesichtspunkten einsetzt. Dabei wird der Mensch durch ganzheitliche Förderung körperlich, emotional, geistig und sozial angesprochen. Diese neurophysiologische Behandlung muss ärztlich verordnet, für den Patienten individuell dosiert und dem Therapieplan entsprechend aufgebaut sein.

Diese Therapieform sollte ein- bis zweimal pro Woche für etwa 20 Minuten stattfinden. Die typischen Klienten / Klientinnen sind Menschen mit neurologischen Bewegungsstörungen als Folge von beispielsweise frühkindlichen Hirnschäden, Schlaganfällen, spastischen Lähmung, Multipler Sklerose oder Ähnlichem. Diese Betroffenen profitieren von den rhythmischen, dreidimensionalen Bewegungen des Pferdes. Schon im Schritt wirken auf den Reiter / die

Reiterin 90-110 Schwingungsimpulse pro Minute. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 209ff)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 210f) Dieses Re-Agieren auf die vom Pferd gesendeten Bewegungsimpulse und Bewegungsreize ermöglicht

- eine gezielte Regulierung des Muskeltonus,
- die Mobilisation der Gelenke mit Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit,
- das Trainieren der Haltungs-, Gleichgewichts- und Stützreaktionen sowie
- die Förderung der Sensomotorik, der Raumorientierung sowie der Körper- und Sinneskoordination.

Diese Behandlungsform der Hippotherapie wird nur von qualifizierten Physiotherapeuten und Physiotherapeutinnen mit Zusatzausbildung durchgeführt. Das speziell dazu ausgebildete Pferd wird von einer gut eingeschulten, zusätzlich anwesenden, Person geführt oder longiert. Das Ganze sollte im besten Fall Teil einer physiotherapeutischen Gesamtbehandlung sein. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 210)

4.6.1.2. Heilpädagogisches Voltigieren und Reiten

Diese spezielle Form der tiergestützten Intervention wird von (Sonder-) Pädagogen und Pädagoginnen oder von Psychologen und Psychologinnen mit einer adäquaten Zusatzausbildung durchgeführt. Hier beginnt die Einheit schon mit der Vorbereitung des Pferdes. Den Anfang macht das Begrüßen des Tieres durch Streicheln, geht weiter mit dem Putzen, Bürsten und Hufe auskratzen bis hin zum Satteln und Zäumen. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 212ff)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 212) Das Heilpädagogische Voltigieren und Reiten ist situationsbezogen und prozessorientiert und besonders geeignet für

- den Umgang mit und den Abbau von Aggressivität, Angst und Apathie,
- die Stärkung der Frustrationstoleranz,
- die Förderung von (Selbst-) Vertrauen, Selbstsicherheit und kooperativem Verhalten,
- das Erfahren von Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit,
- das Erlernen der angemessenen Selbsteinschätzung,
- das Reagieren und Einstellen auf einen Partner in der Interaktion,
- das Training der sensorischen Integration und der Körperwahrnehmung,
- Verbesserung von Aufmerksamkeit und Konzentration.

Beim Heilpädagogischen Voltigieren ist das Pferd mit einem Voltigiergurt ausgestattet. Dadurch können die Bewegungen intensiver wahrgenommen und die daraus folgenden positiven Auswirkungen auf die Körperhaltung, das Gleichgewicht und die Muskulatur ausgenutzt werden. Durch zusätzliche Übungen am Pferderücken wird das Ganze noch etwas anspruchsvoller. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 213)

Beim Heilpädagogischen Reiten, das mit Sattel ausgeübt wird, werden vom Reiter oder von der Reiterin Signale an das Pferd weitergegeben. Dies fördert unter anderem die Selbstständigkeit, Selbsttätigkeit und die Eigeninitiative, sowie die Identitätsbildung. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 213)

4.6.2. Psychotherapie mit Pferd

In den 1990er Jahren kam die pferdegestützte Psychotherapie von den USA nach Europa. Das Pferd wird hierbei als dritter Teil, neben dem Klienten / der Klientin und dem Therapeuten / der Therapeutin gesehen. Es ergibt sich so die Möglichkeit, direkt mit dem Tier in Kontakt zu treten oder sich durch die Fachkraft unterstützen zu lassen. Der / Die Betroffene kann selbst entscheiden, mit wem mehr interagiert wird. (vgl. SCHÜTZ, K., 2020, S. 99ff)

(OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 175) Der Mensch kann das Pferd pflegen, auf ihm sitzen und auf besondere Weise körperlich kommunizieren, er kann sich mit dem Pferd fortbewegen, mit ihm Geschwindigkeit erleben, Nähe und Geborgenheit, aber auch Angst und

Bedrohung und nicht zuletzt tiefe emotionale Berührtheit, die den Weg ins persönliche Unbewusste öffnet.

Die Tiere steigern die Ressourcenfähigkeit. Sie können in bereits begonnene Therapien miteinbezogen oder als Vorbereitung für eine Traumatherapie genutzt werden. Diese pferdegestützten Einheiten lassen sich in alle Konzepte der Psychotherapie integrieren. Dies geschieht je nach Ausbildungshintergrund des Therapeuten / der Therapeutin. (vgl. SCHÜTZ, K., 2020, S. 99ff)

(OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) 2003, S. 176) So wird das Pferd unter edukativen, verhaltenstherapeutischen, systemischen, körpertherapeutischen, tiefenpsychologischen und analytischen Aspekten eingesetzt.

4.6.3. Coaching mit Pferd

(<https://coachingdachverband.at/coaching/was-ist-coaching/>) Coaching ist ein interaktiver personenzentrierter Beratungs- und Begleitungsprozess im beruflichen Kontext, der zeitlich begrenzt und thematisch (zielorientiert) definiert ist. Die individuelle Beratung von einzelnen Personen, Gruppen oder Teams richtet sich auf fachlich-sachliche und / oder psychologisch-soziodynamische Fragen bzw. Problemstellungen, die sich auf die Arbeitswelt beziehen.

Dabei werden immer öfter Tiere, vor allem Pferde, eingesetzt. Hierbei geht es vorrangig um die Wahrnehmungsschulung. Durch das Beobachten des Kontaktes und der Aktionen mit dem Pferd kann der Coach über Potenziale oder Defizite im beruflichen oder privaten Kontext schlussfolgern. Voraussetzung dafür ist, dass der Coach Weiterbildungen im pferdegestützten Setting hat. Am Ende einer Einheit folgt eine Nachbesprechung mit konstruktivem Feedback, bei der auch auf Fragen eingegangen wird. Die Interaktion mit Pferden ist eine neue, ungewohnte Situation für die zu Coachenden. Sie müssen somit spontan reagieren und können kein einstudiertes Handeln zeigen. Wichtig beim Coaching ist nicht das Pferdeverhalten zu vermitteln, sondern die, vom Coach, gesammelten Wahrnehmungen und das vom Pferd gespiegelte Verhalten einzuordnen und zu erörtern. (vgl. SCHÜTZ, K., 2020, S. 135ff)

5. Rolle der Fachkraft

Eine wichtige Bedingung für die Arbeit mit Tieren ist, dass die Fachkraft selbst wirklich davon überzeugt ist, dass die Tätigkeiten mit dem Pferd effektiv für den Klienten / die Klientin sind. Im besten Fall wird hierfür das eigene Tier eingesetzt, da davon ausgegangen wird, dass ein gutes Vertrauensverhältnis zwischen Pferd und Besitzer besteht. Die Fachkraft sollte es verstehen, die eigenen Interessen zurück zu stecken und die Präferenzen des Klienten / der Klientin zu beachten und sich mit diesen zu beschäftigen. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 109f)

Die Verantwortung in der Rolle der Fachkraft, egal ob als Pädagoge / Pädagogin oder als Therapeut / Therapeutin ist multidimensional und als Ganzes zu betrachten. Es ist wichtig, dass die Fachkraft Handlungen zur **Selbstfürsorge** kennt und umsetzt. Die eigenen Bedürfnisse dürfen nicht, durch zu hohes Engagement und nicht Nein-Sagen Können beispielsweise, vernachlässigt werden. Es ist ratsam, die **Distanz** zum Klienten / zur Klientin zu wahren. Es müssen klare Regeln für alle Beteiligten gelten. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 94f)

Jeder bildet im Laufe der Zeit, in einem nie endenden Prozess, seinen **eigenen Stil** in der pferdegestützten Intervention. Die Partnerschaft, die eine Fachkraft mit dem Klienten / der Klientin eingeht, beruht auf **Respekt, Wertschätzung und Akzeptanz**. Die stetige Präsenz der Fachkraft vermittelt Vertrauen und führt zur Kooperation und zum Aufbau einer guten Beziehung. Mit dem Pferd gemeinsam bilden sie einen stabilen emotionalen Rahmen für den Klienten / die Klientin. Es wird ein **demokratischer Dialog** angeboten und gefördert. Sobald sich der Klient / die Klientin darauf einlässt, wird der Platz für dessen Angelegenheit(en) geschaffen. Dabei wird darauf geachtet, dass **ressourcenorientierte Prozesse** gefunden werden und somit der / die Betroffene selbst auf Lösungswege kommt. Diese Handlungen werden unter **Einbezug des Pferdes** erlernt und geübt. Die Fachkraft achtet auf die Aufnahmefähigkeit des Klienten / der Klientin genauso wie auf die Kapazität des Pferdes. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 95ff)

6. Rolle des Pferdes

Das Pferd sollte nie als Werkzeug in der tiergestützten Intervention angesehen werden. Dem Menschen muss bewusst sein, dass sich das Verhalten der Tiere stets nach der Erfüllung ihrer Grundbedürfnisse richtet. Die Fachkraft muss dem Pferd genügend Freiraum lassen. Nur so kann das Tier seinen eigenen Charakter mit seinen Stärken entwickeln und ausleben. Dann sind sie auch bereit als **Interaktionspartner**, mit ihren Besitzern / Besitzerinnen und dem Klienten / der Klientin, mitzuarbeiten. Wenn von den beteiligten Personen das Tier respektiert wird und auf dessen Eigenheiten Rücksicht genommen wird, zeigt das Pferd Kooperation und Bereitschaft. Aufgrund ihres ausgezeichneten Gedächtnisses können und werden Pferde in einer guten Konstellation **Verhaltensmuster erlernen**. Sie nutzen ausnahmslos die nonverbale Kommunikation untereinander, sowie auch mit Menschen. Diskrepanzen aufgrund einer falschen Wortwahl sind somit ausgeschlossen. Da diese Art der Verständigung die erste ist, die wir bereits in den ersten Lebensmonaten erlernen, werden die Klienten / Klientinnen zum Ursprung zurückgeführt. Die Tiere gehen komplett unvoreingenommen, unbefangen und wertfrei einen **nonverbalen Dialog** mit uns Menschen ein. Zusätzlich gibt es den sogenannten **Bewegungsdialog** zwischen den Klienten / Klientinnen und dem Pferd, der mittels Körperkontaktes und durch das Getragenwerden zustande kommt. Das Spüren der dreidimensionalen Fortbewegung des Tieres sowie die direkte körperliche Nähe können zur besseren Körperwahrnehmung führen, aber auch zur stärkeren Empfindung von Emotionen. In der tiergestützten Intervention wird den Pferden ein hoher **Aufforderungscharakter** nachgesagt. Durch Geben und Nehmen, Bestätigung und Irritation wird der Kontakt aufrecht gehalten. Daher bleibt der Klient / die Klientin auch an der Gesellschaft des Tieres interessiert. Wenn die Personen nur Kleinigkeiten am eigenen Auftreten verändern, können sie auf das Pferd anders einwirken und erleben sich somit selbstwirksam. Diese Tiere verfügen weiters über eine besondere Fähigkeit, die sich Pädagogen / Pädagoginnen sowie Therapeuten / Therapeutinnen zu Nutzen machen. Durch das Talent sich auf **soziale Interaktionen** einzulassen, kann der Klient / die Klientin die notwendigen sozialen Kompetenzen, die es im Umgang mit Tieren und Menschen benötigt, erlernen. Pferde geben eine direkte, unverzügliche Reaktion auf das Verhalten von den, mit ihm interagierenden, Personen. Das heißt, diese Menschen werden durch **die Spiegelung** des Tieres mit Gefühlen, Problemen aber auch mit Ressourcen konfrontiert. Es reagiert immer auf das aktuelle Auftreten zu dem jetzigen Zeitpunkt. Diese

Fokussierung auf die Gegenwart ist für viele Klienten / Klientinnen oft etwas Neues, das sie erst lernen müssen. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 125ff)

Bei der Haltung der Tiere sollte auf einige Punkte geachtet werden, dass sie ausgeglichen und entspannt ihrer Arbeit nachgehen können. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 108)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 108)

- artgerechte Haltung, Pflege und Ernährung,
- regelmäßige veterinärmedizinische Kontrolle,
- Möglichkeiten des Rückzugs für das Tier in spezifisch dafür eingerichteten / vorhandenen Zonen,
- ausreichende Erholungs- und Entspannungspausen,
- einen Ausgleich zu den tiergestützten Einheiten mit Menschen,
- regelmäßiger Kontakt zu Artgenossen,
- eine stabile Bezugs- und Vertrauensperson, welche die Hauptverantwortung für das Tier übernimmt,
- eine gewisse Regelmäßigkeit des Tagesablaufs,
- die Möglichkeit freien Auslaufs.

7. Beziehungsdreieck

(HEINTZ, B., 2021, S. 112f) Aber das Pferd, das ist eine absolut zuverlässige Größe. Und das reagiert direkt auf mich. Und das ist das, was heilsam ist, das genau diese Störungen, die über Eltern oder was auch immer passiert sind, aufhebt, weil die da nicht stehen. Das ist quasi unbelastet. Es war von Anfang an die Brücke. Das mit dem Pferd ist eine ganz andere Ebene. Und das ist heilsam, und das will ich. (Frau M.)

Das Pferd agiert unwissentlich als Vermittler zwischen dem Klienten / der Klientin und der Fachkraft. Es kann somit das Vertrauen in den Pädagogen / die Pädagogin oder den Therapeuten

/ die Therapeutin gewonnen und gesteigert werden. (vgl. HEINTZ, B., 2021, S. 113) Die Arbeit in einer Triade bietet sich an, um die Aufmerksamkeit auf mehrere Interaktionspartner zu haben, denn die Handlungen im Zweierkontakt ermöglichen nur wenig Chancen auf den Aufbau sozialer Kompetenzen. Wenn Dreierinteraktionen zwischen Menschen stattfinden, verbinden sich zwei davon immer stärker und die Dritte Person wird an den Rand gedrängt. Mit einem Pferd allerdings als dritten Akteur wird das Ganze zu einer außergewöhnlichen Triade. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 145f)

(URMONEIT, I., 2020, S. 146) Das Pferd läuft viel weniger Gefahr, das Beziehungsgeschehen in der Triade durch destruktive Beiträge zu belasten:

- Pferde verteilen keine Täter-Opfer-Rollen,
- Pferde manipulieren nicht und verschieben keine Schuld,
- Pferde rechnen „alte“ Vorfälle in der Triade nicht auf,
- Pferde bevorzugen keinen der Sozialpartner dauerhaft, sodass sich Koalitionen gegen einen Dritten bilden,
- Pferde stören sich nicht an einer gut funktionierenden Koalition zwischen den beiden anderen Sozialpartnern,
- Pferde halten sich aus Konflikten der anderen Sozialpartner raus und übernehmen keine Schiedsrichterfunktion,
- Pferde halten Rückmeldungen zu Kompetenzen und Störungen nicht zurück.

(URMONEIT, I., 2020, S. 147) Daraus ergibt sich die Möglichkeit, mit dem Klienten / der Klientin in der Triade mit Pferd positiv gerichtete Interaktionserfahrungen der Bezogenheit aufzubauen. Es gibt in der Triade grundsätzlich fünf verschiedene Konstellationen der Interaktion:

- Pferd und Fachkraft in direkter Interaktion – Klient / Klientin in der Beobachterposition
- Pferd und Klient / Klientin in direkter Interaktion – Fachkraft in der Beobachterposition
- Fachkraft und Klient / Klientin in direkter Interaktion – Pferd in einer passiven, nicht direkt einbezogenen Position
- Pferd, Fachkraft und Klient / Klientin in direkter Interaktion
- Pferd, Fachkraft und Klient / Klientin ohne direkte Interaktion

Die einzelnen Konstellationen werden nicht statisch eingenommen. Sie gehen unterstützt von der Prozesssteuerung der Fachkraft fließend ineinander über.

7.1. Pferd und Fachkraft in direkter Interaktion – Klient / Klientin in der Beobachterposition

Durch das Handeln am und mit dem Pferd wird die Sichtweise, diesem Tier gegenüber, vermittelt. Es wird mit Respekt behandelt und auf dessen Bedürfnisse eingegangen. Aus diesen Beobachtungen kann der Klient / die Klientin schlussfolgern, was ihm / ihr in der Interaktion mit der Fachkraft bevorsteht. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 147f)

7.2. Pferd und Klient / Klientin in direkter Interaktion – Fachkraft in der Beobachterposition

Oft ist das im Mittelpunkt stehen und beobachtet werden ungewohnt und wird anfänglich meist noch als unangenehm empfunden. Auf diese Gefühle muss eingegangen werden und die Beobachtungen unterstützend kommuniziert werden. Der Klient / die Klientin darf nicht überfordert werden und soll in kleinen Schritten an die Handlungen mit dem Pferd herangeführt werden. Die Rolle des Beobachters / der Beobachterin muss genutzt werden, um die Interaktionen mit dem Tier zu interpretieren. Das Einschreiten bei Problemen sollte dosiert erfolgen, da ansonsten Herausforderungen nicht gemeistert werden können. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 149f)

7.3. Fachkraft und Klient / Klientin in direkter Interaktion – Pferd in einer passiven, nicht direkt einbezogenen Position

Die Zeit, indem das Pferd eine passive Rolle einnimmt, sollte geringgehalten werden. Kinder verlieren ansonsten gänzlich das Interesse an dem Tier. Im Idealfall findet ein Wechsel zwischen Interaktionen Klient / Klientin mit dem Pferd und Klient / Klientin mit der Fachkraft statt. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 152f)

7.4. Pferd, Fachkraft und Klient / Klientin in direkter Interaktion

Diese Konstellation bedeutet eine große Herausforderung für die Beteiligten. Die Interaktion zwischen Fachkraft und Klienten / Klientin erfolgt verbal. Im Gegensatz dazu verläuft der Dialog mit dem Pferd auf nonverbaler Ebene. In der Triade werden drei wichtige Konstellationen unterschieden. Beim **Umgang mit dem Pferd am Boden**, zum Beispiel beim Putzen, müssen gemeinsam Herausforderungen gemeistert werden. Der Klient / die Klientin leistet einen aktiven Beitrag dazu. Beim **Sitzen auf dem geführten Pferd** rückt die Dreieckskonstellation von selbst näher zusammen. Durch die gestellten Aufgaben agiert der Klient / die Klientin mit dem Pferd. Falls Probleme zwischen ihnen auftreten sollten, kann die Fachkraft sofort eingreifen und vermitteln. Das **Freie Reiten** ist die größte Hürde um Interaktionen in der Triade aufrechtzuerhalten. Die Fachkraft kann nur mehr mit der Stimme und der Körperposition Einfluss auf die Situation nehmen. Von dem Klienten / der Klientin wird eine große Verantwortung getragen. Er / sie muss sich mit den Auswirkungen der gesetzten Handlungen sofort auseinandersetzen. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 154ff)

(URMONEIT, I., 2020, S. 156) Nur wenn sich alle aktiv einbringen und gleichzeitig bereit sind, den anderen Raum zu geben, gelingt das Wechselspiel im Dialog zu dritt.

7.5. Pferd, Fachkraft und Klient / Klientin ohne direkte Interaktion

Es sollte eher die Ausnahme sein, dass keine direkte Interaktion zwischen den drei Mitwirkenden stattfindet. Es wird geübt, dass nach Kontaktpausen die Beziehung dann wieder aufgenommen wird. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 157)

8. Setting

Unter Setting wird im Allgemeinen das Gesamtbild von äußeren Bedingungen und Maßnahmen, in der eine Interventionseinheit stattfindet, verstanden. In der Regel können drei unterschiedliche Settings (Organisations- oder auch Durchführungsformen genannt) gewählt werden. Zum einen die **freie Interaktion**. Diese bezeichnet die Begegnung zwischen Mensch

und Tier, ohne dass der Durchführende / die Durchführende eingreift oder Anweisungen gibt. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 152)

Diese freie Interaktion kann bei Pferden zum Beispiel das Beobachten der Tiere auf der Weide sein, die Arbeit mit dem freilaufenden Pferd oder das Führen des Pferdes. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 172)

Bei dieser Form lässt sich gut für die Fachkraft beobachten, wie der Mensch auf das Tier reagiert. Auch das Pferd hat mehr Handlungsspielraum bezüglich seines Verhaltens und Aktionen im Zusammenhang mit dem Klienten / der Klientin. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 152)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 153) Die **gelenkte Interaktion** als absichtsvolle, geplante Situation mit mehr oder weniger präzisen Zielsetzungen stellt quasi das Gegenbild der freien Interaktion dar.

Für den Klienten / die Klientin gibt es nur begrenzte Handlungsmöglichkeiten, die zielführend gelenkt werden. Auch das Tier steht unter ständiger Kontrolle der durchführenden Person. (vgl. VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 153)

In Bezug nehmend auf Pferdeeinheiten, kann dies ein geführter Ausritt ins Gelände oder Heilpädagogisches Reiten bzw. Voltigieren am Pferd sein. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 172)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 153) Eine **ritualisierte Interaktion** ist ein bestimmten Regeln folgender, eingeübter oder zumindest des Öfteren erprobter oder ein unbewusst eingespielter Verhaltens- bzw. Situationsverlauf. Rituale bei Tieren sind in der Regel instinktgesteuert. Rituale bei Menschen sind kulturell geprägt und erlernt. Im Zusammenhang mit der Tiergestützten Intervention meint Ritual etwas Konstantes, Gleichbleibendes oder immer Wiederkehrendes und für die Beteiligten Verlässliches, welches sowohl das Tier als auch der Proband erlernen muss.

Bei der tiergestützten Intervention mit dem Pferd kann dies das Begrüßen des Tieres, sowie das gemeinsame Putzen vor dem Reiten sein. Weiters können immer die gleichen Aufwärmübungen am Pferd gemacht werden. Meist ist auch das Verabschieden mit dem nochmaligen Streicheln und dem Füttern einer Karotte ein Ritual, das für den Klienten / die Klientin und für das Pferd dazu gehört. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 172)

(VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S., 2018, S. 154) Im Gegensatz zur gelenkten Interaktion weiß der Proband bei einer ritualisierten Organisation vorher, wie der Situationsverlauf sein wird und was er zu tun hat. Insbesondere bei ängstlichen, kontaktscheuen Kindern bietet es sich an, die Interventionssituation zunächst zu ritualisieren.

Die Fachkraft wählt aufgrund der eigenen Kompetenzen, dem aktuellen Können des Pferdes und dem Interesse des Klienten / der Klientin die Durchführungsform aus. Es sollte immer eine interdisziplinäre Zusammenarbeit angestrebt werden. Vor allem bei komplexeren Beeinträchtigungen ist diese unumgänglich. Bei körperlichen Defiziten sollten Physiotherapeuten / Physiotherapeutinnen miteinbezogen werden. Bei Menschen mit psychischen Erkrankungen können Ärzte / Ärztinnen und / oder Psychotherapeuten / Psychotherapeutinnen zu Rate gezogen werden. Die Einheiten sollten immer in einem geschützten, eher intimen Rahmen stattfinden. Das heißt es darf keine Zuseher / Zuseherinnen beziehungsweise Zuhörer / Zuhörerinnen geben. Im Stall muss es diesbezüglich klare Regeln geben, dass während Therapien der Reitplatz oder die Reithalle nicht von anderen genutzt werden. In regelmäßigen Abständen finden sogenannte Bilanzgespräche statt, in denen die Zusammenarbeit, die Fortschritte und die weiteren Ziele besprochen werden. Es wird weiters geklärt, ob das bisherige Setting weiterhin so bleibt oder ob Veränderungen anstehen. Solche Umgestaltungen könnten beispielsweise der Umstieg von Einzelsettings auf Gruppeneinheiten oder auf ein anderes Pferd sein. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 173ff)

9. Bausteine für die Intervention

Im pferdegestützten Setting lassen sich zehn Bausteine für die Unterstützung der Klienten / Klientinnen beschreiben. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 181)

Bei der **Zusammenarbeit mit dem Pferd** steht der Respekt dem Tier gegenüber und die direkte Kommunikation im Mittelpunkt. Das Tier muss artgerecht gehalten werden und seinen Fähigkeiten entsprechend eingesetzt werden. Bei der pferdegestützten Therapie wird ein geeigneter Rahmen für die Einheiten gewählt. In diesem **Setting** sollen sich alle Beteiligten wohlfühlen. In der **Auftragsklärung** werden die genauen Nah- und Fernziele definiert, sowie auch die Ressourcen des Klienten / der Klientin. Eine Kernkompetenz ist der **Umgang mit**

Systemdynamiken. Die Fachkraft erkennt den Sinn der Dynamiken, unterstützt die Klienten / Klientinnen bei der Zielfestlegung und bietet Hilfestellungen am Weg dahin an. Wichtig im Aufbau der **bezogenen Individuation** ist das Selbstwirksamkeitserleben. Um das zu fördern, benötigt die Fachkraft ein gutes Wissen in den Bereichen der Wahrnehmung, des Denkens, des Fühlens und sich Bewegens. Die **wertorientierte Beziehungsgestaltung**, die stets angestrebt wird, beinhaltet die Akzeptanz der Lebensgeschichte des Klienten / der Klientin. Die Fachkraft zeigt eine präzente Haltung, äußert positive Einladungen zum Mitmachen und bleibt ruhig aber hartnäckig, bis sich Veränderungen zeigen. Die **Interventionsgestaltung** obliegt der Fachkraft. Die Einheiten sollten immer den Aufbau der Beziehung zum Klienten / zur Klientin stärken und die Interaktion mit dem Pferd unterstützen. Die zu bewältigenden Aufgaben sollten schaffbar sein und positive Auswirkungen in Richtung Ziel haben. Im Mittelpunkt der Interventionen stehen die **Wirkfaktoren des Pferdes**. Diese Tiere fordern die Kooperation von Menschen ein und geben sofort und eindeutig Antwort auf die gesetzten Handlungen. Weiters wird der Klient / die Klientin aufgefordert, eine **Selbstreflexion auf der Metaebene** durchzuführen. Er / Sie soll das eigene Handeln, die Auswirkungen daraus und die Entwicklungsbereiche reflektieren. Das ist hilfreich für den Klienten / die Klientin, um sich seinen eigenen Fähigkeiten bewusst zu werden. Auch die Fachkraft sollte Möglichkeiten zur **Selbstreflexion** können, sowie die eigenen Stärken und Schwächen kennen. Es sollen ständig neue Fortbildungsschritte festgelegt werden, um sich weiterzuentwickeln und gleichzeitig immer offen für Neues zu bleiben. (vgl. URMONEIT, I., 2020, S. 181ff)

10. Risiken der tiergestützten Intervention

Bisher wurden hauptsächlich die körperlichen Risiken der tiergestützten Intervention hervorgehoben. Diese können beispielsweise Allergien auf das Tier oder Verletzungen wie Bisse durch das Pferd oder Stürze vom Pferd sein. Auch vom Tier übertragene Infektionen zählen zu den häufigsten Risiken. Diese soeben genannten Gefahren können mit relativ wenig Aufwand auf ein Minimum reduziert werden. Wichtig ist, dass geeignete Tiere mit ausreichender Schulung zur tiergestützten Intervention herangezogen werden. Diese sollten regelmäßig gesundheitlich durchgecheckt sowie vor starkem Stress geschützt werden. Das Therapietier darf nicht als Maschine gesehen, sondern muss als Arbeitskollege betrachtet

werden. Vor allem diese Tiere brauchen einen Ausgleich und genügend Freizeit, um als gute Partner mitarbeiten zu können. Aufgrund der häufigen körperlichen Untersuchungen lassen sich auch übertragbare Infektionserkrankungen weitestgehend ausschließen. Wenn Allergien auftreten, sollte auf ein anderes Tier in den Einheiten gewechselt werden, beziehungsweise kann es bei Hunden reichen, auf allergenarme Rassen zurückzugreifen, sofern dies möglich ist. Weitere Risiken, die bisher oft vernachlässigt wurden, sind die psychologischen Natur. Das Therapietier wird als Vermittler zwischen dem Klienten / der Klientin und dem Therapeuten / der Therapeutin eingesetzt. Es soll sich eine Beziehung zwischen den Beteiligten aufbauen. Umso mehr das Vertrauen in den Therapeuten / die Therapeutin steigt, umso geringer werden die Abwehrstrategien. Dies wiederum bedeutet, dass die Verletzbarkeit des Klienten / der Klientin steigt. Der Therapeut / die Therapeutin muss sich dessen stets bewusst sein und dementsprechend vorsichtig und einfühlsam handeln, um nicht einen massiven Rückfall in der Therapie hervorzurufen. Diese psychologischen Risiken in der tiergestützten Intervention lassen sich durch gut ausgebildete Personen, die darüber hinaus bindungstheoretisches Wissen haben, auf ein Minimum reduzieren. (vgl. BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K., 2014, S.193f)

11. Traumatherapie

(HEDIGER, ZINK 2020, S. 9f) Pferdegestützte Traumatherapie ist eine Form von Psychotherapie, bei der ein Pferd oder mehrere Pferde in die therapeutische Arbeit miteinbezogen werden, um Patienten mit einer Traumafolgestörung zu behandeln. Pferdegestützte Traumatherapie ist mit allen Schulen und Richtungen der Psychotherapie kompatibel. Die Tatsache, dass Pferde in unterschiedliche Ansätze integriert werden und somit ganz unterschiedlich pferdegestützt therapeutisch gearbeitet wird, kann eine Chance und Bereicherung sein. Gleichzeitig wird dadurch jedoch die Definition erschwert und es können keine allgemeingültigen Manuale und Rezepte bereitgestellt werden. Jeder Therapeut setzt das Pferd vor seinem eigenen Ausbildungshintergrund ein und benötigt ein gewisses Ausmaß an Kreativität, um das Pferd in die bestehenden Therapiekonzepte zu integrieren. Pferdegestützte Traumatherapie muss sich immer an der Verbesserung der Lebensqualität der Patienten

orientieren und strebt eine Verbesserung von zuvor definierten Symptomen an. Gleichzeitig muss sie sich nach dem Wohl der Pferde ausrichten.

11.1. Grundlagen der Psychotraumatologie

([https://de.wikipedia.org/wiki/Trauma_\(Psychologie\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Trauma_(Psychologie))) Als psychisches, seelisches oder mentales Trauma (Plural Traumata, Traumen) wird in der Psychologie eine seelische Verletzung bezeichnet. Das Wort Trauma kommt aus dem Griechischen und bedeutet allgemein Verletzung (griechisch Wunde), ohne dabei eine Festlegung zu treffen, wodurch diese hervorgerufen wurde. In der Medizin wird mit dem Begriff Trauma eine körperliche Verwundung bezeichnet, die durch einen Unfall oder eine Gewalteinwirkung hervorgerufen wurde. Diese Verwendung ist seit dem 19. Jahrhundert belegt. Analog hierzu bezeichnet man in der Psychologie eine starke psychische Erschütterung, die durch ein traumatisierendes Erlebnis hervorgerufen wurde, als Psychotrauma. Der Begriff wird nicht einheitlich verwendet und kann sowohl das auslösende Ereignis, aber auch die Symptome oder das hervorgerufene innere Leiden bezeichnen. Psychische Traumatisierungen spielen eine zentrale Rolle für die Entwicklung psychischer Störungen.

Nur eine ausführliche Anamnese und Diagnostik kann zeigen, ob eine Person eine psychotherapeutische Behandlung nach einem traumatisierenden Ereignis benötigt. Menschen reagieren auf die unterschiedlichsten Arten auf etwaige traumatische Einschnitte in ihrem Leben. Manche sind sehr widerstandsfähig und entwickeln keine klinisch relevante Störung. In solchen Fällen ist eine Psychotherapie nicht sinnvoll. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 16)

(HEDIGER, ZINK 2020, S. 10) Gute Psychotherapie besteht immer aus einer Kombination von Wissen, Beziehungsgestaltung und Intuition. Es braucht daher Manuale genauso wie eine fein abgestimmte Individualisierung.

Die Traumatherapie wird häufig in drei Phasen gegliedert: Stabilisierung, Traumabearbeitung und Integration. In der Phase der **Stabilisierung** geht es darum, die Betroffenen darauf vorzubereiten, dass sie sich mit ihrem Trauma auseinandersetzen können. Sie sollten körperlich keine Schmerzen haben und auch an keinem akuten Schlafmangel leiden. Weiters sollte ihr soziales Umfeld sicher und stabil sein. Und es sollte keine akute Suizidalität bestehen. Bei der **Traumabearbeitung** steht die Reorganisation des Gedächtnisses im Vordergrund.

Traumatische Erlebnisse werden, im Gegensatz zu Alltäglichem, im impliziten Gedächtnis gespeichert. Es kann von Betroffenen nicht willkürlich gesteuert werden, wenn durch Reize, sogenannte „Trigger“, Erinnerungsteile, sogenannte „Flashbacks“, aufgerufen werden. Dies wird dann als präsent, gerade jetzt basierend, aufgefasst. Das Ziel ist, diese Erlebnisse, welche im impliziten Gedächtnis abgelegt sind, in das alltägliche – explizite Gedächtnis umzuspeichern. Es wird ein Narrativ, eine eigene zusammengehörende Geschichte, erarbeitet. Hierbei werden auch die Triggerpunkte miteinbezogen, dass diese keine Flashbacks mehr auslösen können. Das Trauma wird somit zukünftig als vergangene Erinnerung wahrgenommen. Danach folgt die Phase der **Integration**, der Neuorientierung. Hier werden gemeinsam Zukunftsperspektiven entwickelt, die stärken sollen. Das Wiedererlangen einer positiven Körperwahrnehmung, das Fördern sozialer Kompetenzen und der Strategieaufbau im Umgang mit Belastungen stehen unter Einbezug des sozialen Umfeldes der betroffenen Personen im Mittelpunkt. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 19ff)

Fallbeispiel: (HEDIGER, ZINK 2020, S. 15) Hannah ist in einer Mittelstandsfamilie aufgewachsen. Ihre Entwicklung ist unauffällig verlaufen. Sie hatte eine unbeschwerte Kindheit und ein liebevolles, normales Zuhause. Auch war Hannah eine durchschnittliche Schülerin. Sie war immer still und fleißig und ist nie besonders aufgefallen. Als Hannah 11 ist, kommt ihre fünf Jahre jüngere Schwester bei einem Autounfall ums Leben. Die Mutter entwickelt in der Folge eine wiederkehrende Depression und verbringt viel Zeit in Rehakliniken. In dieser Zeit sorgt der Vater für Hannah. Es kommt zu ersten sexuellen Übergriffen. Als Hannah 15 ist, nimmt sich ihr Vater das Leben. Es ist Hannah, die ihn findet. Hannahs Mutter ist zu dieser Zeit in einem stationären Aufenthalt in einer psychiatrischen Klinik. Hannah zieht in eine Krisenwohngemeinschaft, besucht jedoch weiterhin die Hauptschule. Sie zieht sich daraufhin sehr zurück und verliert an Gewicht. Nach einem stationären Aufenthalt in einer psychiatrischen Klinik wechselt Hannah mehrmals die Wohngemeinschaft, bis sie schließlich in ein ausgegliedertes Projekt für Jugendliche kommt, in dem sie selbständig wohnen und zur Schule gehen kann. Die Bedingung für den Start dieses Wohnprojektes war, dass Hannah ein therapeutisches Angebot annimmt. Hannah wählte, zur allgemeinen Überraschung, ein erlebnispädagogisches Pferdetrekking.

(HEDIGER, ZINK 2020, S. 13f) Hannah hat Angst vor Menschen. Ihr WG-Zimmer hat sie im letzten Jahr selten verlassen. Sie hasst es, berührt zu werden. Dennoch trägt sich am zweiten Tag des Trekkings Folgendes zu: Es ist Abend, ein Tag voll langer Schatten und gleißendem

Sonnenlicht neigt sich dem Ende zu, alle sind erschöpft. Die Jugendlichen sollen nochmals nach den Pferden sehen und Futter vorbereiten. Tamino, Hannahs Pferd, steht mit gesenktem Kopf vor ihr. Plötzlich ergreift Tamino die Initiative und streckt seine Nase in die ausgebreiteten Arme der jungen Frau. Er lehnt seine Stirn gegen ihre Brust und blubbert sanft warme Luft aus seinen Nüstern, so dass ein hörbares Geräusch entsteht. Hannah springt zurück, Entsetzen in ihren Augen. Den ganzen Tag hat sie durchgehalten – wegen ihm. Sie ist neben ihm gewandert, hat ihn gefüttert und sich schaukelnd von ihm durch die Landschaft tragen lassen. Sie hat sich ihm anvertraut. Und nun, in dieser besonderen Umarmung schnaubt er ihr an den Bauch? Tamino tritt wieder näher an sie heran. Er hält dem Entsetzen stand und bleibt Hannah nahe. Da legt Hannah schluchzend ihre Arme um seinen Kopf. Ihr Gesicht sinkt zwischen seine Ohren. Tamino seufzt hörbar. Die junge Frau schluchzt in die Mähne des Pferdes. Ihr feingliedriger Körper bebt. Ich komme näher, überrascht, dass Hannah so viel Kontakt sucht und erträgt. Ich frage sie, ob ich meine Hand auf ihren Rücken legen darf. Hannah nickt still. Ihr Atem wird ruhiger. Tamino löst seinen Kopf aus ihrer Umklammerung und bläst in ihr verweintes Gesicht. „Es war grauenvoll“, sagt Hannah ganz leise. „Es war grauenvoll. Er hat mir eine SMS geschrieben, ich solle kommen. Es hat gebrummt in meiner Hand. Ich habe gewusst, es war schlecht, aber ich bin zu ihm in die Wohnung gefahren. Und da hing er, braun im Gesicht. Er hing einfach von der Decke.“ Wieder schluchzt sie so, dass man sie nicht mehr verstehen kann, murmelt weiter und sinkt dann sanft zu Boden. Zu Füßen eines starken Pferdes, das sie zu tragen vermag. Hannah beginnt zu trauern, beginnt die Geschichte ihres eigenen Lebens zu erzählen. In einem Stall, fernab der Welt, die sie so enttäuscht hat, auf einer erlebnispädagogischen Trekkingtour, die der Start ihrer traumatherapeutischen Behandlung werden soll.

11.2. Pferdegestützte Traumatherapie

(HEDIGER, ZINK 2020, S. 24) Pferdegestützte Traumatherapie ist eine psychotherapeutische Intervention unter Einbezug des Pferdes und zählt somit zu den pferdegestützten Therapien. Pferdegestützte Therapie wiederum ist eine Form von tiergestützter Therapie. Damit wird klar, dass es nebst spezifischen Kenntnissen in Psychotherapie und Traumatherapie auch allgemeines Wissen um den Einsatz von Tieren in der Therapie braucht, um pferdegestützte Traumatherapie durchführen zu können.

Es gibt mittlerweile mehrere Ansätze Pferde in der Traumatherapie einzusetzen. Krause-Straky (2017) beschreibt die EMDR unter Einbezug eines Co-Therapeuten. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 41)

(https://de.wikipedia.org/wiki/Eye_Movement_Desensitization_and_Reprocessing) Eye Movement Desensitization and Reprocessing (kurz EMDR, auf Deutsch ungefähr: Desensibilisierung und Aufarbeitung durch Augenbewegungen) ist eine von der US-amerikanischen Literaturwissenschaftlerin und Psychologin Francine Shapiro in den USA entwickelte Behandlungsmethode der Posttraumatischen Belastungsstörung.

Krause-Straky benutzt die Bewegung des Pferdes. Beim Reiten im Schritt werden permanent Impulse an den Menschen weitergegeben. Das Pferd wird geführt und der Patient / die Patientin stellt sich dabei das traumatische Erlebnis vor. Etwa alle 20 bis 30 Schritte wird das Tier gestoppt und der / die Betroffene wird nach dem Wohlbefinden gefragt. Dieser Prozess wird solange fortgeführt bis die subjektive Belastung abnimmt. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 41)

Eine andere Herangehensweise haben Kunz und Schneider-Schunker (2016). Sie verwenden das Pferd in Verbindung mit der KIP. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 42)

(https://de.wikipedia.org/wiki/Katathym_Imaginative_Psychotherapie) Die Katathym Imaginative Psychotherapie (KIP) ist eine von Hanscarl Leuner in den 1950er Jahren unter dem Namen „Katathymes Bilderleben“ eingeführte, stetig weiterentwickelte psychodynamische Therapiemethode, die im Rahmen der tiefenpsychologisch fundierten Therapie eingesetzt wird. Im Zentrum der Methode stehen therapeutisch eingeleitete, dialogisch begleitete Tagträume (Imaginationen). Diese werden nah am sinnlichen, körperlichen und affektiven Erleben, szenisch und symbolisch ausgestaltet. Während des Tagtraums erfolgt ein verbaler Austausch mit dem Therapeuten, welcher die Imaginierenden mit verschiedenen Möglichkeiten der Intervention begleitet. Dementsprechend wird die katathyme Imagination auch als begleiteter Tagtraum bezeichnet. Der therapeutisch begleitete Tagtraum im Rahmen der KIP stellt einen seelischen Entwicklungsraum zur Verfügung. Die inneren Vorstellungsbilder ermöglichen einen emotionalen und kreativen Zugang zu unbewussten Prozessen, Wünschen und Verhaltensmustern, zur eigenen Person und ihren Beziehungen zu anderen Menschen.

Bei Kunz und Schneider-Schunker sitzen die Patienten / Patientinnen entspannt am Pferderücken und werden geführt. Wenn das Pferd zum Stehen gebracht wird, schließt der

Patient / die Patientin die Augen und stellt sich die Motive vor, die vom Therapeuten / der Therapeutin vorgegeben werden. Bei dieser Methode werden die traumatischen Erinnerungen innerlich bildhaft verarbeitet. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 42)

11.2.1. Forschung

Immer häufiger kommen bei der Behandlung von traumatisierten Menschen aller Altersgruppen tiergestützte Interventionen zum Einsatz. Jedoch gibt es dazu erst wenige wissenschaftliche Untersuchungen, da dies ein sehr junger Ansatz der Traumatherapie ist. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 30ff)

Jedoch möchte ich hier einige Studien aufzählen, um die Effektivität zu belegen.

Teilnehmer	Diagnose	Auswirkung
63 Kinder	Intrafamiliäre Gewalt – Missbrauchs- und Vernachlässigungserfahrungen	Verbesserung des Funktionsniveaus; v.a. junge Kinder profitieren
15 Kinder 15 Jugendliche	Sexueller Missbrauch	Verbesserung im Verhalten; Reduktion der Depression; Reduktion der PTBS*-Symptome, Angst, Dissoziation und sexuellen Bedenken
16 Erwachsene	PTBS*	Rückgang der PTBS*-Symptome; niedrigere Ängstlichkeit; Häufigere Anwendung achtsamkeitsbasierter Strategien; Weniger Alkoholkonsum
Kriegsveteranen	PTBS*	Signifikanter Rückgang der PTBS*- Symptome und Depressionen; Verbesserung des Schlafes

*PTBS = Posttraumatische Belastungsstörung

(vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 32f)

Frauen	Physische und sexuelle Gewalt	Wurden aufmerksamer und achtsamer; Fühlten sich fähiger und kompetenter; Größeres Bewusstsein für sich selbst; Erhöhtes Selbstbewusstsein; Verminderte Angst und Depressionssymptome
29 Erwachsene	Sexuelle Übergriffe	Gefühl, die Angst zu kontrollieren und das Sicherheitsgefühl nahmen zu

(vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 32f)

(HEDIGER, ZINK 2020, S. 31) Die bisherigen Resultate sind vielversprechend, da alle eingeschlossenen Studien positive Ergebnisse aufwiesen.

Es zeigt sich, dass die pferdegestützte Therapie auf ein breites Spektrum der Probleme positive Auswirkungen hat, genauso kann sie sich erfreulich auf potentiell vorhandene komorbide Störungen auswirken. Diese Therapieform hilft sowohl Kindern und Jugendlichen als auch Erwachsenen mit unterschiedlichsten Traumatisierungen. Das Spektrum an Symptomen, die mit pferdegestützter Traumatherapie behandelt werden, ist relativ breit. In den meisten Studien beinhaltet die Therapie Pflegetätigkeiten beim Pferd sowie Bodenarbeitsübungen. Nur in seltenen Fällen wird das Pferd auch geritten. Somit zeigt sich, dass nicht das Reiten im Mittelpunkt stehen muss, sondern die Interaktion mit dem Pferd ausschlaggebend für eine effektive Therapie ist. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 32ff)

(HEDIGER, ZINK 2020, S. 38) Aufgrund des bisher erläuterten Forschungsstandes können tiergestützte Interventionen bei der Behandlung von Traumafolgestörungen zwar als vielversprechende komplementäre Behandlungsform angesehen werden, jedoch nicht als evidenzbasierte Methode und erste Behandlungswahl.

Es wird empfohlen, eine pferdegestützte Therapie ergänzend zu einer klassischen Traumatherapie anzubieten und zu integrieren. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 38)

Eine weitere qualitative Studie aus dem Jahr 2019 möchte ich im Folgenden noch genauer vorstellen.

(HEINTZ, B. 2021, S. 27) Für die detaillierte Beschreibung und Analyse subjektiver Phänomene und komplexer psychischer und psychotherapeutischer Prozesse erscheinen

qualitative Methoden eindeutig geeigneter. Sie sind diesbezüglich der Ergebnisse wesentlich offener, verzichten auf den Beweis zuvor festgelegter Hypothesen und Theorien, zielen auf die Entdeckung unter Umständen neuer, unerwarteter Zusammenhänge.

Für diese Studie erklärten sich 15 Patientinnen und 1 Patient zwischen 13 und 58 Jahren bereit teilzunehmen. Sie erhielten Anmeldeformulare mit den allgemeinen Informationen zur Studie, die Schweigepflichtentbindungen sowie die Zusicherung der Anonymisierung aller Daten und Aussagen. 10 Beteiligte litten unter Traumafolgestörungen, zum Teil mit emotionalen Störungen. An Angsterkrankungen litten drei Personen. Anorexie war die Diagnose von einer beteiligten Person. Genauso litt ein Teilnehmer oder eine Teilnehmerin an einer Zwangserkrankung und Einer oder Eine an einer depressiven Erkrankung. Ihre Standardtherapien waren von den meisten bereits beendet. Lediglich zwei Personen befanden sich in der Schlussphase mit bereits großen Abständen zwischen den Therapiesitzungen. Es fanden Interviews mit den Freiwilligen in deren vertrauten Praxisräumen statt. Es wurden sowohl die Therapeuten / Therapeutinnen als auch der Klient / die Klientin befragt. In dieser Studie war die persönliche Wahrnehmung, das schwer erklärbare Phänomen der Mensch-Pferd-Beziehung, wichtig. (vgl. HEINTZ, B. 2021, S. 30f)

(HEINTZ, B. 2021, S. 32) Die Gespräche mit den Therapeutinnen sollten folgende Themen enthalten:

- Äußere Situation / Ort der psychotherapeutischen Arbeit mit dem Pferd;
- Psychotherapeutischer und hippologischer Hintergrund;
- Art der Integration der Pferde in die Arbeit mit den einzelnen Patientinnen;
- Grundsätzliche Bedeutung der Pferde für die eigene psychotherapeutische Arbeit; therapeutische Haltung, Beziehungsgestaltung mit den Pferden;
- Indikation zum Einbeziehen der Pferde;
- Frage nach besonders eindrücklichen Situationen und Auswirkungen auf den Therapieverlauf.

Daraus entwickelte sich folgender Fragebogen:

(HEINTZ, B. 2021, S. 192)

- Wir sprechen über die Therapie mit ... Wie lange haben Sie miteinander gearbeitet / bis wann?
- Wie war die Arbeit mit den Pferden in das sonstige psychotherapeutische Setting integriert (phasenweise, abwechselnd, ausschließlich pferdegestützt)?
- Wie sind Ihre Pferde ausgebildet?
- Werden sie regelmäßig gearbeitet / trainiert? Wenn ja, wie?
- Wie werden sie eingesetzt (Ausrüstung)?
- Welche Bedeutungen kann das Pferd für Sie in einer Therapiesituation haben?
- Wie würden Sie ihre Haltung / Ihre Beziehung zu den Pferden beschreiben?
- Wenn Sie nochmal an die Therapie mit ... zurückdenken, was bewog Sie, in dieser Therapie ein Pferd einzubeziehen?
- Was waren die für Sie wichtigsten Szenen / Momente mit Ihrem Patienten / Ihrer Patientin in der Arbeit mit dem Pferd?
- Was, glauben Sie, ist es, was die Pferde beitragen in der psychotherapeutischen Situation, und wie erleben Sie ihre Präsenz und ihre Resonanz?
- Welche Auswirkung hatte die Arbeit mit dem Pferd aus Ihrer Sicht auf den Therapieverlauf?

(HEINTZ, B. 2021, S. 33) Die Gespräche mit dem Patienten / den Patientinnen sollten folgende Themen enthalten:

- Die Gründe zur Aufnahme der Therapie und zur Einbeziehung der Pferde;
- Die eigene Befindlichkeit während der Arbeit in den Praxisräumen und mit den Pferden;
- Die Art der Beziehung zu den Therapiepferden;
- Der Einfluss der Einbeziehung der Pferde auf die Beziehung zur Therapeutin;
- Besonders eindrückliche Situationen in der Arbeit mit den Pferden, Auswirkungen auf den Therapieprozess und das reale Leben.

Daraus entwickelte sich folgender Fragebogen:

(HEINTZ, B. 2021, S. 191)

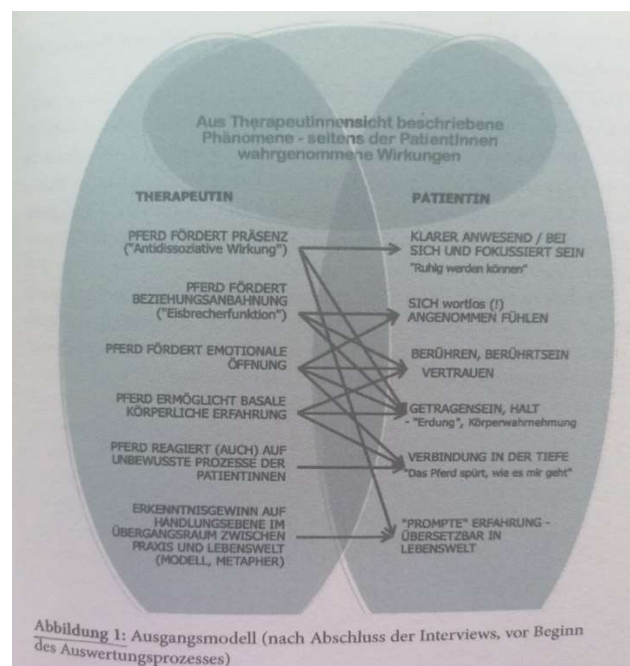
- Wie lange ist es jetzt her, dass Sie bei Frau ... eine Therapie begonnen haben? Mögen Sie kurz erzählen, was Sie damals in die Therapie geführt hat?
- Wie kam es, dass in Ihre Therapie die Arbeit mit dem Pferd einbezogen wurde? War es Ihr Wunsch, schlug die Therapeutin dies vor, hatten Sie Vorerfahrungen?
- Können Sie sagen, wie Sie sich gefühlt haben, wenn Sie bei den Pferden waren (ggf. im Gegensatz zu den Terminen in der Praxis)?
- Was war es, was das Pferd / die Arbeit mit dem Pferd Ihnen geben konnte in Ihrer Therapie – im Vergleich zu einer Therapie / Therapiephasen ohne Pferd?
- Wie würden Sie Ihre Beziehung zu dem Pferd / den Pferden beschreiben?
- Hat die gemeinsame Arbeit mit dem Pferd die Beziehung zu Ihrer Therapeutin verändert? Wenn ja, wie?
- Was waren für Sie wichtigste, bedeutsamste Situationen oder Erlebnisse mit dem Pferd/ den Pferden?
- Hat sich etwas von dem auf die weitere Therapie ausgewirkt? Hat sich durch die Therapie für Sie etwas verändert?
- Gab es während Ihrer Therapie einen Traum, an den Sie sich besonders gut erinnern?

Aufgrund der individuellen Vorerfahrungen und der unterschiedlichen Arbeitsmethoden der Therapeutinnen waren die Interviews mit jeder einzelnen Person anders. Meistens waren die Gespräche sehr offen und lebendig erzählt. Viele der Teilnehmerinnen äußerten die Hoffnung, mit ihren Aussagen diesen besonderen Ansatz der psychotherapeutischen Behandlung zur weiteren Verbreitung zu helfen. (vgl. HEINTZ, B. 2021, S. 33)

(HEINTZ, B. 2021, S. 33f) Die Grounded Theory (Glaser und Strauss, 1967) als Verfahren der qualitativen Datenanalyse stellt eine differenzierte und detaillierte, quasi mikroskopische Untersuchung und Interpretation ursprünglich sozialwissenschaftlicher Phänomene dar. So ist die Grounded Theory als eine spezifische Möglichkeit hermeneutischen Verstehens und Interpretierens auf der Grundlage eines reflektierten Vorverständnisses zu sehen. Für die vorliegende Fragestellung nach dem subjektiven Erleben der Wirksamkeit pferdegestützter,

tiefenpsychologisch fundierter und analytischer Psychotherapie schien also eine Auswertung in Anlehnung an die Grounded Theory besonders gut geeignet. Nach den letzten Interviews im Juli 2019 zeichnete sich ein vorläufiges Modell möglicher Wirksamkeitszusammenhänge zwischen den Aussagen der Psychotherapeutinnen und jenen ihrer Patientinnen ab.

In der folgenden Abbildung wurden die aus Therapeutinnen Sicht beschriebenen Annahmen und Vorstellungen den Wahrnehmungen der Patienten / Patientinnen zugeordnet. (vgl. HEINTZ, B. 2021, S. 33f)



(HEINTZ, B. 2021, S. 35)

(HEINTZ, B. 2021, S. 34ff) Der nächste, wesentliche Schritt war nach der professionellen Transkription der Interviews die Einarbeitung in ein auf die Grounded Theory abgestimmtes Softwareanalyseprogramm (F4-Analyse). Bedeutsame Phänomene wurden mit Oberbegriffen – sogenannten Codes – versehen, welche dann zu Codefamilien gruppiert wurden. Als Ergebnis dieser konzeptuellen Verdichtung entstanden Schlüsselkategorien bzw. Kernthemen, denen nochmals alle untergeordneten Kategorien und Themen zugeordnet wurden. Schließlich entstand ein differenziertes und dichtes System von Beziehungen zwischen den Kategorien, das sogenannte Kategorienmodell bzw. Codesystem mit den im Zeitraum stehenden Kernthemen.

11.2.2. Wirkmechanismen und Effekte

Im Allgemeinen werden bei der Traumatherapie unterschiedliche Wirkfaktoren festgestellt. Die **Ressourcenaktivierung** nutzt die Fähigkeit und Bereitschaft, die die Patienten / Patientinnen in die Therapie mitbringen. Die **Problemaktualisierung** zeigt die Konflikte und Probleme, die in den Einheiten verändert werden sollen. Unter **Problembewältigung** wird die Unterstützung der Betroffenen verstanden, um positive Bewältigungserfahrungen mit ihren Problemen zu machen. Die **motivationale Klärung** ermöglicht, dass die Patienten / Patientinnen ein Bewusstsein über ihr Erleben und ihre Motivation gewinnen können. Bei allen diesen Wirkmechanismen trägt in erster Linie die Qualität der therapeutischen Beziehung deutlich zu einem besseren oder schlechteren Therapieergebnisses bei. Wobei hier ein Pferd signifikant in die Beziehung miteingebaut werden kann und dies oft zu einem schnelleren besseren Resultat führt. (vgl. HEINTZ, B. 2021, S. 37)

Bei den Effekten unterscheidet schon allein die **Größe der Pferde** diese von vielen anderen genutzten Tieren in der tiergestützten Intervention. Diese Tiere fordern ein gutes Sicherheitsmanagement, fördern den Respekt und den Stolz der Patienten / Patientinnen. Auch die Körperwahrnehmung wird im Umgang mit einem Pferd mehr verlangt, als dies bei anderen Tieren der Fall ist. Das „Getragenwerden“ spielt eine große Rolle in der Psychotherapie. Die Betroffenen können das Gefühl von Geborgenheit, Vertrauen und Sicherheit wahrnehmen. Sie dürfen die Verantwortung an das Pferd abgeben, sich alles von oben anschauen und es genießen. Die über 100 **dreidimensionalen Bewegungsimpulse** pro Minute, die im Schritt auf den Reiter / die Reiterin wirken, setzen oft auch psychische Aktivitäten bei den Betroffenen in Gang. Die Entspannung wird erleichtert, gleichzeitig muss jedoch das Gleichgewicht gehalten werden. Die Gangarten Trab und Galopp werden im Gegensatz als aktivierende Elemente in die Therapie eingebracht. Weiters werden beim Reiten die Aufmerksamkeit, die Koordination und die Achtsamkeit gefördert. Das Einflussnehmen auf das Lebewesen Pferd, die Selbstwirksamkeit zu erfahren ist ebenso ein wichtiger Teil der Traumatherapie. Es besteht immer ein Risiko eines Kontrollverlustes, womit die Betroffenen lernen müssen umzugehen. Die natürlichen Verhaltensmuster von Pferden mit Unterordnung und Dominanz ist ein gutes Hilfsmittel um die posttraumatische Reifung zu ermöglichen. In der Körperpsychotherapie wird davon ausgegangen, dass es leichter, ist über die **Körperorientierung** als über Gespräche zu den Klienten / Klientinnen vorzudringen. Wenn sich die Betroffenen mit dem Pferd fortbewegen, müssen sie sich abstimmen und aufeinander zugehen. So entwickelt sich ein

nonverbaler Dialog. Bei Patienten / Patientinnen mit Traumafolgestörungen ist die Fähigkeit, sich mit dem Gegenüber zu synchronisieren, häufig beeinträchtigt. Somit sind die **Synchronisation und Unterbrechung** von Beziehungen wichtige Lerninhalte. Die nonverbalen Interaktionen mit dem Pferd werden durch den Therapeuten / die Therapeutin immer wieder in Worte gefasst. Dies dient der **Mentalisierungsfähigkeit und -erweiterung**. Das wiederum kann eine stark stabilisierende Wirkung auf die Patienten / Patientinnen haben. Pferde vermitteln das Gefühl von Verbundenheit, Zugehörigkeit und Gemeinschaft im Rahmen ihrer **nonverbalen Beziehungsangebote**. Menschen passen sich unterbewusst oft den Pferden an. Somit ist auch die Atem- und Herzfrequenz ein weiterer Mechanismus, der auf die Personen einwirkt. Pferde haben niedrigere Atem- und Herzfrequenzen als wir Menschen und können dadurch als Entspannungsmethode eingesetzt werden. Menschen verbündet auch mit den Pferden, dass beide in **Sozialverbänden** leben. Traumapatienten / -patientinnen fühlen sich oft verstanden, weil diese Tiere einen hohen **Fluchtinstinkt** haben, also eigentlich selbst „Angstpatienten“ sind und können sich dadurch oft mit dem Pferd besser assoziieren als mit der behandelnden Fachkraft. Aus diesen Gründen fällt die nonverbale Kommunikation mit dem Co-Therapeuten Pferd vor allem zu Beginn leichter als der direkte Austausch mit dem Therapeuten / der Therapeutin. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 51ff)

11.2.3. Voraussetzungen

Der Psychotherapeut / die Psychotherapeutin sollte eine Weiterbildung im Bereich Psychotraumatologie, eine Ausbildung in pferdegestützter Therapie sowie zur allgemeinen tiergestützten Therapie haben. Weiters sind pferdespezifische Kenntnisse von Vorteil. Nur mit diesem ganzen Wissen kann tiergerecht gearbeitet werden und gleichzeitig das ganze Potenzial des Pferdes abgerufen werden. Der Therapeut / die Therapeutin sollte mit dem Pferd vertraut sein, im Idealfall sollte es das eigene Tier sein, um auch außerhalb der Einheiten Zeit miteinander verbringen zu können. Da nicht jeder diese Möglichkeit hat, besteht auch die Alternative sich einen Pferdeführer / eine Pferdeführerin zu nehmen. Diese Person kennt das Tier sehr gut und verfügt über das pferdespezifische Wissen. Der Vorteil davon ist, dass sich der Therapeut / die Therapeutin besser auf den Patienten / die Patientin konzentrieren kann. Der Nachteil jedoch ist, dass das Beziehungsgefüge etwas komplexer wird. Es wird zu einem Beziehungs-Viereck. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 68f)

Das **Setting** oder auch **therapeutischer Raum** in der pferdegestützten Therapie unterscheidet sich sehr von den herkömmlichen Räumlichkeiten einer Praxis. Die Einheiten werden im Lebensraum der Pferde verbracht und auch in der Natur bei Spaziergängen oder Ausritten. Diese besondere Situation stellt Herausforderungen an die Therapeuten / Therapeutinnen. Traumatisierte Patienten haben oft ein großes Verlangen nach Sicherheit und Konstanz. Das heißt, auch im Reitstall sollte immer ein geschützter Raum, indem sich keine anderen Personen aufhalten, zur Verfügung stehen. Auch der Platz oder die Halle, wo gemeinsam gearbeitet wird, sollte in diesem Zeitraum nicht von Dritt-Personen genutzt oder aufgesucht werden. Die Patienten / Patientinnen fühlen sich in der Regel wohler, da sie keine Assoziation mit anderen therapeutischen Angeboten haben und auch nicht in 4 Wänden „eingeschlossen“ sind. Es werden oft im Freien immer die gleichen Wege gemeinsam gegangen, um Kontinuität zu vermitteln. Dies sorgt für Sicherheit und Konstanz. Oft gehen Betroffene später noch alleine, nach Therapieende, immer und immer wieder diese Wege ab, die sie für sich als sicher und als Anker in ihrem Leben empfinden. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 69ff)

Das **Therapiepferd** ist Partner bei der Arbeit und kein Werkzeug. Das wichtigste Ziel bleibt immer, dass das Pferd die Möglichkeit hat, seine Gefühle auszudrücken und seine persönlichen Grenzen zu zeigen. Eine sorgfältige und gut durchgedachte Auswahl eines geeigneten Pferdes ist der Grundstein einer erfolgreichen Zusammenarbeit. Das Tier sollte in keine Rolle gedrängt werden. Jedes Pferd hat seine eigenen Stärken, Talente und Interessen, genau diese gilt es zu entdecken. Gewisse körperliche Voraussetzungen müssen erfüllt werden, wenn auch auf dem Pferd geritten werden soll. Auch klienten- und settingspezifische Kriterien müssen bei der Tierausswahl berücksichtigt werden. Auf Rasse, Größe, Aussehen und Charakter soll beim Kauf geachtet werden, denn diese Eigenschaften können bei den künftigen Klienten / Klientinnen unterschiedliche Effekte auf die Therapieziele und den Therapieprozess haben. Pferde nehmen mal eine aktive Rolle ein, in der sie die Einheit mitgestalten und mal eine passive Rolle ein, in der sie geduldig warten müssen. Diese unterschiedlichen Anforderungen der Motivation und Frustrationstoleranz gilt es mit ihnen aufzubauen. Eine gute Bindung zum Besitzer / zur Besitzerin und zu Menschen im Allgemeinen, als auch ein guter Herdenverband tragen maßgeblich dazu bei. Pferden wird oft vieles abverlangt. Sie treffen auf unsichere Patienten / Patientinnen, auf Menschen mit Einschränkungen in der Motorik, Personen im Rollstuhl oder mit eingeschränktem Körpergefühl und noch viele weitere. Eine Herausforderung ist auch, dass sich bei Pferden im Laufe ihres Lebens eventuell ihr bevorzugtes Arbeitsumfeld und Klientel ändert.

Dies gilt es immer wieder neu zu evaluieren und im Einsatz darauf einzugehen. Beim Kauf ist auch darauf zu achten, dass nicht nur die Charaktereigenschaften eine Rolle spielen, sondern auch das äußerliche Erscheinungsbild von Bedeutung sein kann. Ein großes schwarzes Pferd wirkt bedrohlicher als ein durchschnittlich großes geschecktes Tier. Die Ausbildung eines Therapiepferdes benötigt viel Zeit, sodass die Tiere ihre Persönlichkeit im Umgang mit unterschiedlichen Menschen entfalten können. Es ist die Aufgabe der Menschen, den zukünftigen Co-Therapeuten ein gutes Umfeld zu schaffen und sie bestmöglich darauf vorzubereiten, ohne sie dabei zu überfordern. Therapiepferde sollen ermutigt werden, aktive Interaktionspartner zu sein. Dabei braucht es eine gute Balance zwischen Geben und Nehmen, zwischen Gewährenlassen und Beschränken. Die Tiere werden bestärkt, wenn sie die Bewegungen und den emotionalen Ausdruck von Menschen lesen und darauf reagieren. Der Erfahrung nach dauert es mindestens 1 Jahr, bis Pferde eine stabile Kontrollüberzeugung entwickelt haben. Sie müssen, in der Therapie eingesetzt, der Ansicht sein, Menschen beeinflussen zu können. Die Pferde sollen selbstständig mit den Patienten / Patientinnen arbeiten, jedoch trotz allem auf ein Stoppsignal des Therapeuten / der Therapeutin hören, sollte dies notwendig sein. Um dies erarbeiten zu können, muss eine wichtige Bindung und Beziehung zwischen Mensch und Tier zu Grunde liegen. Ein weiterer wichtiger Punkt in der Ausbildung ist, dass die Pferde alle Therapiematerialien, Gehhilfen und die zukünftigen Wege außerhalb des Stalles stressfrei kennenlernen können. Die Haltung sollte ein Offen- oder Laufstall sein, da dies mehr Lebensqualität bedeutet. Auch der Ausgleich zur anstrengenden Therapiearbeit ist sehr wichtig. Gemeinsame Ausritte oder auch die Freizeit in der Herde darf genossen werden. Die Bindung an die Bezugsperson ist ganz wertvoll, denn von dieser wird dem Pferd vermittelt, dass die Arbeit, die es vollbringt, bedeutend ist und dadurch kann die Resilienz und Motivation der Tiere gestärkt werden. Diese kommt letztlich wieder den Klienten / Klientinnen zu Gute. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 72ff)

11.2.4. Risiken und Grenzen

(SCHÜTZ, K. 2020, S.102) Ein gewisses Risiko bleibt bei der Arbeit mit Tieren immer bestehen.

Vor dem Einsatz mit Pferden muss in der Anamnese abgeklärt werden, ob es medizinische Kontraindikationen für diese Therapieform gibt. Diese wären Allergien gegen Pferde, aber auch

gegen Hunde und Katzen, sollten diese im Reitstall sein. Aber auch gewisse Krankheiten oder körperliche Einschränkungen können den Kontakt zum Pferd und das Reiten ausschließen. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 124)

(HEDIGER, ZINK 2020, S. 124) Ein gewisses Risiko von Verletzungen und Zoonosen bleibt bestehen. Die häufigsten Verletzungen entstehen unserer Erfahrung nach durch einen Tritt auf die Zehen, durch Bisse (vor allem, wenn Futter aus der Hand gereicht wird) oder durch Zusammenstöße der Köpfe von Patient und Pferd.

Wenn die Intervention gut geplant ist, ist das Risiko minimal. Es sollten Patienten / Patientinnen nie mit dem Pferd allein gelassen werden. Ein weiterer wichtiger Punkt zur Sicherheit ist die richtige Ausrüstung. Stabiles Schuhwerk, ein gut sitzender Helm sind unerlässlich. Eventuell ist auch die Verwendung eines Rückenprotektors möglich, wenn es die Bewegungen nicht zu sehr einschränkt. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 125)

(SCHÜTZ, K. 2020, S.102) Gerade bei Klienten mit Traumafolgestörungen kann es passieren, dass durch Flucht- oder Abwehrverhalten eines Pferdes bei den Personen Hilflosigkeit, Kontrollverlust oder auch Gewalt die Folge sein können. Hier sollte besonders darauf geachtet werden, welche Pferde für welche Klienten ausgewählt werden. Weiterhin sollte aus tierethischer Sicht berücksichtigt werden, dass das Pferd auch seine Emotionen und Grenzen aufzeigen darf und somit kein Werkzeug in der Therapie ist, sondern ein Beziehungspartner.

Für Pferde ist es sehr anstrengend, sich immer wieder auf neue Menschen einzulassen, die unterschiedliche Erkrankungen aufweisen. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 126)

(SCHÜTZ, K. 2020, S.102) Daher sollten Pferde ausgewählt werden, die gerne mit Menschen arbeiten, gut ausgebildet sind, fein reagieren und auf die Arbeit vorbereitet werden. Um so sensibel reagieren zu können, müssen sie artgerecht gehalten werden und im Herdenverband ihre sozialen Fertigkeiten üben und ausleben dürfen.

Die Einsatzdauer am Stück muss zeitlich begrenzt werden, sowie die Einsätze pro Tag und Woche. Das Tier braucht fixe Erholungszeiten und genügend Ausgleich. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 126)

(HEDIGER, ZINK 2020, S. 126) Es gibt Pferde, die mit bestimmten Gruppen von Menschen oder auch mit gewissen Einzelpersonen nichts zu tun haben wollen. Dies muss respektiert werden.

Es ist auch notwendig, darauf vorbereitet zu sein, wenn das Pferd einmal nicht in der Verfassung für einen schwierigen Einsatz sein sollte. Dann können auch Aktivitäten rund um das Pferd und für das Tier durchgeführt werden, ohne dass das Pferd anwesend oder direkt involviert ist. Es gibt keine konkreten Aussagen, wie viele Einsätze mit welcher Dauer für ein Pferd in Ordnung sind. Jedes Tier ist individuell belastbar und bei jeder Einheit ist die Beanspruchung unterschiedlich. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 126f)

(HEDIGER, ZINK 2020, S. 127) Stress bei Pferden zu messen ist komplex und Eustress von Distress zu unterscheiden schwierig. Die Forschung steht hier erst ganz am Anfang. Es bleibt aktuell nichts anderes übrig, als wachsam zu bleiben und sich selbst immer wieder zu hinterfragen und weiterzubilden. Es ist hilfreich, durch den Austausch mit anderen Fachpersonen einen Blick von außen auf die eingesetzten Pferde zu gewinnen und so die eigenen „blinden Flecken“ möglichst gut auszuleuchten.

Noch ein weiterer wichtiger Punkt, um beim Pferd Verletzungen vorzubeugen ist, dass die Tiere gezielt Muskeln aufbauen müssen, um den besonderen Anforderungen gerecht zu werden. Sie müssen gesund und fit sein, da sie Menschen mit Gleichgewichtsstörungen, unkontrollierten Bewegungen oder auch zwei Kinder gleichzeitig tragen müssen. Dies erfordert eine gute Rückenmuskulatur und eine gute Balance. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 127)

11.2.5. Erfahrungsberichte von Klienten und Klientinnen

Im folgenden Teil möchte ich Auszüge aus den Interviews der Patienten und Patientinnen vorstellen. Diese sollen vor allem einen Einblick in das subjektive Wahrnehmen der Auswirkungen von den Pferden geben. Weiters werden die Erfahrungen vom Übergang zwischen Praxis und Außenwelt geschildert. Der Übertragbarkeit auf reale Lebenssituationen wurde auch Achtung geschenkt. (vgl. HEINTZ, B. 2021, S. 73)

(HEINTZ, B. 2021, S. 82f) **Frau M. (42 Jahre), PTBS, Selbstverletzung, dissoziative Störung**

B. Heintz: „Mögen Sie mir vielleicht kurz erzählen, was Sie in die Therapie geführt hat?“

Frau M.: „Flashbacks, die ich nicht regulieren konnte zu meinem Haupttrauma, dass ich mit acht Jahren dabei war, als meine kleine Schwester an der Bushaltestelle vom Schulbus überfahren wurde. Und ich habe im Alltag Schwierigkeiten. Ich habe mich immer ganz gut durchgehängt mit meinem Willen. Aber ich habe immer wieder Situationen ganz anders erlebt als die Umwelt. Und seit ich in einer Beziehung bin, ist das deutlich geworden, dass ich ein größeres Problem habe, als mir bewusst war.“

B. Heintz: „Können Sie sagen – ich weiß, dass das eine schwierige Frage ist, aber können Sie versuchen, es in Worte zu fassen, wie Sie sich gefühlt haben, wenn Sie bei den Pferden waren?“

Frau M.: „Also ich bin da ganz anders – ich bin wieder angebunden an das Leben. Das kann kein Psychotherapeut ersetzen. Das Pferd bedeutet für mich eine Verbindung zur Natur, aus der ich mich rausgefallen fühlte. Diese Verbindung, die Liebe zu den Tieren und zur Natur und auch die Sehnsucht, da wieder zurückzukommen in diese Einheit, so kann ich das fühlen, das wird mir mit dem Pferd möglich. Es ist eben alles konkret. Natürlich übertrage ich das auf meinen Alltag. Aber dieses Erleben, das ist eben nicht nur über den Kopf, sondern ich habe das Gefühl, das ist wie so in mir drin und das schlägt Wurzeln und wächst und wächst.“

B. Heintz: „Hat sich durch die Therapie etwas für Sie verändert?“

Frau M.: „Ja, was definitiv so ist: Ich habe, seit ich die Therapie begonnen habe, nur noch ein, allerhöchstens zwei Mal dieses autoaggressive Verhalten gehabt. Und das eine Mal war auch nur ich >Ich würde es gerne jetzt machen<, habe es aber nicht gemacht. Und beim zweiten Mal war es auch nur die verbale Androhung. Das heißt, das ist genau das Brand- und Feuerthema Nummer eins. Ich glaube, ich werde stabilisiert, genährt, erkenne vieles an mir selbst. Und ich habe das Gefühl, ich komme deutlich schneller voran jetzt, seit ich diese Psychotherapie mit dem Pferd aufgenommen habe. Ich finde, das ist ein Riesen-Selbstentwicklungsbeschleuniger.“

(HEINTZ, B. 2021, S. 83ff) **Herr C. (43 Jahre), PTBS nach Auslandseinsatz**

B. Heintz: „Mögen Sie kurz erzählen, was es war, was Sie in die Therapie geführt hat?“

Herr C.: „Das ist auch eine längere Geschichte. Also ich bin Soldatenkind, mein Vater war Berufsoffizier, am Schluss im Generalsrang. Da spielt auch noch Geheimdienst eine Rolle bei ihm mit, wo er in verschiedenen Funktionen war. Ich bin dann selber Soldat geworden, war sieben Jahre Soldat und auch Offizier, war in Bosnien im Einsatz. Ein Jahr nach dem Krieg, wir waren die Ersten, die dann auch nicht nur Patrouillen oder Transporte begleitet haben, sondern tatsächlich vor Ort Patrouillenaufgaben durchgeführt haben, Überwachung von Abrüstungsmaßnahmen, Schlichtung zwischen den Einheimischen, das ganze Programm. Mit allen Unsicherheiten, die das bedingte. Habe dort im Einsatz eine Situation erlebt, wo ich zwischen meinen Vorgesetzten und meine Soldaten geraten bin, wo ich beiden eigentlich nicht recht gerecht werden konnte. Gerechnet hatte ich mit so etwas prinzipiell, ich habe aber nicht damit gerechnet, in welcher Wucht mich das treffen würde, in diesem Stressszenario.“

B. Heintz: „Können Sie versuchen, in Worte zu fassen, wie Sie sich fühlen, wenn in der Therapie die Pferde bei Ihnen sind?“

Herr C.: „Ein Pferd scannt die Umgebung anders, tendiert nicht zum nach vorne Rausgehen, sondern im ersten Moment steht es, spitzt die Ohren, und nur wenn sehr schnelle Bewegungen irgendwo sind, die es nicht einordnen kann, kommt erst mal zumindest sein Kurzstreckenfluchtimpuls rein. Da fühle ich mich gut aufgehoben, ich krieg mit, was um mich rum ist, ich krieg mich selber auch mit ... Dinge, die unterschwellig bei mir laufen, die ich sonst nicht so voll im Fokus habe. [...] Ich weiß, es tut mir gut, ich merke das, dass meine Angespanntheit und Atmung runter gehen, und das spüre ich mittlerweile wieder deutlich. Das war lange Zeit, auch unter dieser generellen körperlichen Anspannung mit Rückenschmerzen und allem Drum und Dran, sehr zugeschüttet. Ich merke auch, dass, wenn wir dann in einer therapeutischen Arbeit sind und es um angespannte Dinge geht, dass ich mich schneller einregeln kann, wenn das Pferd dabei ist, weil das Pferd sich unter Umständen von mir nicht irritieren lässt, entspannt bleibt oder einfach nur Abstand sucht, um davon nicht erfasst zu werden.“

B. Heintz: „Gibt es denn eine Szene oder eine Sequenz, an die Sie sich ganz besonders erinnern können?“

Herr C.: „Ja, in einer der Stunden ging es um Grenzen. War dann der Entschluss, ich probiere das jetzt mal aufzubauen. In den Sand gestellt, einen Kreis drum rum gezogen und Aufgabe war dann, das Pferd in Bewegung zu halten, ohne dass es in diesen Kreis reinkommt, die Grenze respektiert, ohne frontal zu werden oder dass die Situation zum Stillstand oder zu Abwehrverhalten kommt. Ja, die Vorstellung war toll. Am Ende sah das so aus, dass alles rund um meine Grenze komplett zertreten war, das Pferd entweder bei mir war, um zu kuscheln oder irgendwas anderes zu machen, oder weit außerhalb stehen blieb oder auf jeden Fall nicht das passierte, was die Idee des Ganzen war. Erkenntnis war am Ende, dass es für mich ein neues Konzept braucht, nach außen deutlich zu machen, wo geht es an meinen Grenzbereich ran, wann sind wir im Grenzbereich und wann ist die Grenze überschritten. Und zwar so, dass es für andere auch wahrnehmbar wird. Für mich wurde dann wirklich deutlich, was mir vorher auch nicht so bewusst gewesen ist, dass ich eigentlich in meiner Sozialisation mit diesem militärischen Denken, weil das auch die Spielregeln in der Familie waren, so klar aufgewachsen bin, dass mir nie bewusst war, dass das, was ich an Begrifflichkeiten da verwende, eine Übersetzung braucht.“

(HEINTZ, B. 2021, S. 93f) **Maja (20 Jahre), Traumatisierung durch familiäre Gewalt**

B. Heintz: „Also ich denke mal, das ist richtig, dass Sie so, wie Ihre Schwester auch, seit Kindheit in der Tabaluga Kinderstiftung untergebracht waren, oder?“

Maja: „Ja, richtig.“

B. Heintz: „Okay. Und Sie waren sowohl bei einem Psychotherapeuten oder bei einer Psychotherapeutin in der Praxis als auch hier bei den Pferden?“

Maja: „Ja, und häufiger in der Klinik.“

B. Heintz: „Fühlte es sich denn anders an, wenn Sie bei den Pferden waren, als so im Vergleich zur normalen Psychotherapie?“

Maja: „Also, in der normalen Psychotherapie ist es bei mir so, dass sich mein Körper meistens irgendwie verkrampft und mir dann manchmal das Atmen ein bisschen schwerer fällt und ich nicht wirklich klar denken kann. Mit den Pferden habe ich festgestellt, dass es einfacher ist, dass ich auch in Bewegung bleibe, dass ich auch wirklich in einem Rhythmus bin und immer

noch ein bisschen da bin und mich nicht gleich irgendwohin teleportiere im Kopf. Und es hilft mir dann teilweise, noch hier zu sein, wenn ich über schwierige Themen rede.“

B. Heintz: „Das hilft Ihnen, bei sich und hier in der Situation zu bleiben?“

Maja: „Genau. Ja. Weil ich muss mich ja auch konzentrieren, auf dem Pferd sitzen zu bleiben, was ja in meinem Stuhl jetzt nicht so schwer ist. (lachen beide) [...] Und mir ist aufgefallen, dass ich auch über das, wenn ich in der Reitstunde bin, viel länger nachdenke, als wenn ich aus einer Therapiesitzung rausgehen würde, weil, dann ist sofort wieder alles weg, und ich bin so ein bisschen bedrückt. Und nach der Pferdetherapiestunde ist es, dass ich mich zwar immer noch damit beschäftige, aber nicht mehr dieses komische Gefühl habe ... dass es – ich merke schon, dass dann auch eine Last weggefallen ist, obwohl sie natürlich noch da ist. Aber es ist einfach ein bisschen leichter geworden, weil ich auch vielleicht den Pferden ein bisschen abgeben konnte von den Gefühlen.“

B. Heintz: „Und denken Sie dann über etwas nach, was mit dem Reiten zu tun hatte, oder denken Sie über Themen nach, die Ihre Lebensgeschichte betreffen, die Sie während der Arbeit mit dem Pferd erzählt haben – oder beides?“

Maja: „Ich glaube, es ist eine Mischung aus beidem, dass ich sehr viel über meins nachdenke und gleichzeitig auch merke, was dieses Pferd vielleicht gemacht hat, während ich darüber nachgedacht habe, weil, manchmal merke ich, wenn ich zu weit weg denke, dass das Pferd nicht mehr auf mich hört, sondern ...“

B. Heintz: „Nicht mehr bei Ihnen ist?“

Maja: „Nicht mehr bei mir ist und dann einfach tut, was es will, sozusagen. Aber wenn ich wirklich bei mir bin und alles andere und noch gut nachdenken kann, so dass das Pferd noch auf mich hört, dann geht das gut. Ich glaube schon, dass die Pferde hier wissen, wie es den Kindern geht, oder wenn es ihnen nicht gut geht. Wenn es mir nicht gut geht, versucht das Pferd nicht, mich noch extra aufzuwühlen, sondern schaut, dass es mich wieder beruhigt, und macht einfach keine Faxen oder so etwas.“

B. Heintz: „Das würde ja bedeuten, dass die Pferde so ein bisschen mitkriegen, wie es den Kindern geht, und auf eine gute Art und Weise damit umgehen?“

Maja: „Ja.“

B. Heintz: „Also nicht das noch weiter hochschaukeln, sondern Rücksicht nehmen?“

Maja: „Ja. Genau.“

B. Heintz: „Haben Sie das schon erlebt?“

Maja: „Ja. Schon oft. Es gab Zeiten, da ging es mir wirklich nicht gut, und ich habe viel geweint. Und dann bin ich meistens hier hoch gekommen und habe mich besser gefühlt, weil ich wusste, dass das Pferd einfach da ist und dass ich mich nicht erklären muss oder so etwas und von anderen noch mehr Meinungen einholen muss, die mich nur noch mehr verwirren. Und danach ging es mir besser. Ich komme meistens hoch, wenn es mir nicht so gut geht. Dann denke ich viel drüber nach, was in dieser Reittherapiestunde war und wie sich mein Pferd vielleicht verhalten hat, was meine Therapeutin dazu gesagt hat und wie wir das mit meiner jetzigen Situation verknüpft haben und wo wir da vielleicht die Verbindung gesehen haben.“

(HEINTZ, B. 2021, S. 93f) **Jessika (13 Jahre), Kind einer psychisch kranken Mutter**

B. Heintz: „Wenn du versuchst, dich da mal hinzubeamen innerlich, wie fühlst du dich denn, wenn du bei den Pferden bist?“

Jessika: „Da fühle ich mich – geborgen. Also wenn ich auf dem Pferd draufsitze, habe ich zwar ein bisschen Angst, aber jetzt keine, so eine Angst, dass ich denke, dass das Pferd mich runterschmeißt, sondern nur ein bisschen Angst, aber auch so ganz geborgen, eine sichere Angst.“

B. Heintz: „Es gibt ja so was wie Angst-Lust, so ein bisschen Nervenkitzel neben der Freude – geht das in die Richtung?“

Jessika: „Ja, in die Richtung.“

B. Heintz: „Okay, Was könnte denn passieren, was besorgt dich, was macht neben der Geborgenheit das Ganze aufregender, ängstlich aufregender?“

Jessika: „Wenn das Pferd dann trabt, das fühlt sich an wie Fliegen, irgendwie halt. Der Wind, wenn der Wind dann noch weht, dass ist schon ein berauschendes Gefühl. Wenn man dann auf

dem Pferd sitzt, das läuft, und man fühlt sich frei – ja, dann fühlt man sich frei und gleichzeitig geborgen.“

B. Heintz: „Wenn du versuchen würdest, deine Beziehung zu Diego in Worte zu fassen – wie würdest du sie beschreiben? Was ist der Diego für dich?“

Jessika: „Wie ein großer Bruder, er ist überlegen, und ja, er hat mehr Kraft als ich. Eher so wie ein großer Bruder, ich weiß nicht, wie ich es besser beschreiben könnte. Ja.“

B. Heintz: „Was machen denn große Brüder so?“

Jessika: „Sie beschützen, und es ist, dass ich auch jemand habe, dem ich vertrauen kann.“

B. Heintz: „Das ist ja eine ganze Menge. Und das hat dir das Pferd gegeben, dieses Gefühl – eher als die Therapeutin?“

Jessika: „Manchmal schon.“

B. Heintz: „Konntest du irgendetwas davon für dich umsetzen – in deinen Alltag oder in dein Leben außerhalb der Therapie?“

Jessika: „Ja, dass ich mich auch mal fallenlassen kann, dass ich nicht nur immer stark sein muss oder nicht heulen darf oder ja, dass ich auch meine Gefühle loslassen kann, dass ich Ich sein kann. Und ja, dass ich auch bei anderen mal weinen kann, wenn es mir schlecht geht (Tränen).“

B. Heintz: „Bist du jetzt gerade traurig?“

Jessika: „Nein, nicht wirklich ...“

B. Heintz: „Gibt es denn Menschen, die dir nahe sind? Wo du dich hinwenden kannst und mit denen du sozusagen teilen kannst, was dich umtreibt, was dich bewegt? Hast du Freundinnen, Freunde?“

Jessika: „Freundinnen und meinen Papa!“

12. Praktischer Teil

Frau Mag. Elisabeth Krisch-Kranich sagte 1992 bei der 16. Jahrestagung der Österreichischen Gesellschaft für Kinder- und Jugendneuropsychiatrie folgendes: „Die Beziehung zum Tier entspricht offenbar einem menschlichen Grundbedürfnis. Besonders Kinder sehen Tiere ja als Spielgefährten und Sozialpartner, mit denen sie auf freundschaftlicher Basis eine Beziehung eingehen wollen. (...) Ich habe bisher in den drei Jahren meiner Tätigkeit an der Hinterbrühler Station mehr als 100 solcher Kinder mit besonderen Bedürfnissen durch Heilpädagogisches Reiten und Voltigieren betreut. Die positiven Auswirkungen dieses pädagogisch-psychologischen Ansatzes, therapeutische Hilfe über das Medium Tier zu leisten, können wir derzeit noch nicht in exakte Zahlen aus einer kontrollierten Therapiestudie fassen. Wir können den Erfolg vorläufig nur kasuistisch belegen – das allerdings, wie wir glauben, sehr gut.“

12.1. Interview

Frau Mag. Elisabeth Krisch-Kranich ist klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin und Psychotherapeutin (Systemische Familientherapie) im Landesklinikum Mödling.

Frau Mag. Krisch-Kranich war so nett, sich Zeit zu nehmen und meine Fragen zum Thema zu beantworten.

Interview vom 25. 08. 2021 im Landesklinikum Mödling

Ich: Welche Ausbildungen haben sie im Pferdegestützten Bereich?

Mag^a K.-K.: 1988 habe ich beim 1. Ausbildungslehrgang des Kuratoriums für Therapeutisches Reiten die Ausbildung im Heilpädagogischen Reiten und Voltigieren abgeschlossen und das Jahr darauf, 1989, absolvierte ich das Diplom zur Behindertenreitlehrerin in Warendorf (Deutschland).

Ich: Wie sehen Sie Ihre unterschiedlichen Rollen, einmal als Psychologin und einmal im tiergestützten Setting?

Mag^a K.-K.: Wichtig ist, die eigenen Aufträge zu kennen, damit sinnvolles Handeln in den unterschiedlichen Settings möglich ist. Es besteht keine Rollenkonfusion, als fallführende Psychologin kann ich das Heilpädagogische Reiten und Voltigieren durchführen. Das ist möglich.

Ich: Wo und mit welchem Pferd machen Sie Ihre Heilpädagogischen Einheiten?

Mag^a K.-K.: Im niederösterreichischen Heilpädagogischen Zentrum Hinterbrühl. Im Laufe der Jahre hatte ich schon einige Therapiepferde, aber derzeit ist es ein Haflinger.

Ich: Welches Klientel haben Sie bei Ihren Einheiten?

Mag^a K.-K.: Es werden ausschließlich stationär aufgenommene Kinder von der Klinik von mir in der Hinterbrühl betreut. Diese Kinder müssen zumindest 6 Jahre alt sein. Prinzipiell sind es von den Grunderkrankungen her, Kinder mit allen Erscheinungsbildern der Psychosomatik. Zurzeit sind es vor allem Kinder mit Anorexia nervosa (Magersucht).

Ich: Warum ist es gerade für magersüchtige Kinder von Vorteil Heilpädagogisches Reiten / Voltigieren zu machen?

Mag^a K.-K.: Weil diese Kinder unter extremen Wahrnehmungsstörungen leiden und ihren Körper oft nicht richtig spüren können. Es ist hier möglich, dass die Patientinnen und Patienten soziale Erfahrungen in einer Kleingruppe machen können. Das Voltigieren macht meistens Spaß. Es tut den Jugendlichen gut, abseits des Krankenhauses neue Erfahrungen zu machen. Das Umsorgen des Pferdes (vor dem Voltigieren putzen und danach versorgen) sind Aufgaben, die gerne übernommen werden.

Ich: In welchem Setting arbeiten Sie mit den Kindern?

Mag^a K.-K.: Ich arbeite mit einer Gruppe von maximal 5 Kindern. Es ist auch immer eine Pädagogin der Heilstättenklasse anwesend.

Ich: Gibt es Kontraindikationen für das Heilpädagogische Reiten / Voltigieren?

Mag^a K.-K.: Die einzige Kontraindikation stellt eine Pferdehaarallergie dar. Es fahren immer alle Kinder mit, selbst, wenn sie dann nicht aufs Pferd möchten. Es wird kein Kind oder Jugendlicher zum Reiten gezwungen.

Weiters sagt Frau Mag. Krisch-Kranich: „Das Heilpädagogische Reiten und Voltigieren ist bei uns in der Hinterbrühl nur ein Teil des stationären Gesamtsettings, also ein Stück unseres ziemlich breitgestreuten Behandlungsangebots. Ich kann sagen, dass die Kinder gerne, ja mit Freude, in die sogenannten „Reitstunden“ kommen. Und ein bisschen Freude kann meiner Meinung nach auf jeden Fall nur gut sein – besonders für die Kinder, die wir in der Hinterbrühl betreuen. Denn das sind ohnehin meist Kinder, die in ihrem Leben leider schon fast zu viel an Enttäuschung, an Zurückweisung, an Scheitern und Versagung ertragen mussten. Und ehrlich gestanden macht es auch mir Freude, wenn ich solchen Kindern, die ja viel zu oft „ganz unten“ waren oder noch „ganz unten“ sind, wenigstens für kurze Zeit die Möglichkeit geben kann, einmal „ganz oben“ zu sein - oben auf dem Rücken eines Pferdes.“

Eine sofortige stationäre Aufnahme im LK Mödling erfolgt ab einem Gewicht > 10% unter der 3. BMI Perzentile.

(<https://www.labor-gaertner.de/service/berechnungen/bmi-perzentile-und-sds/>) Der Body-Mass-Index (BMI), auch Körpermassenindex genannt, errechnet sich nach folgender Formel: $BMI = \text{Gewicht [kg]} / \text{Größe [m]}^2$ und ist ein Maß für das Körperfett. Bei Kindern und Jugendlichen sollen anstelle der WHO-Kriterien alters- und geschlechtsabhängige BMI-Perzentile zur Definition von Grenzwerten verwendet werden. Ab der 90. Perzentilen wird von Übergewicht gesprochen, oberhalb der 97. Perzentile ist eine Adipositas anzunehmen. Unterhalb der 10. Perzentilen wird Untergewicht, unterhalb der 3. Perzentilen ein ausgeprägtes Untergewicht, unter der 1. Perzentilen ein extremes Untergewicht angenommen. Ein BMI unter der 10. Perzentilen ist ein Leitsymptom der Anorexia nervosa.

An der psychosomatischen Station wird die stationäre Behandlung von Patienten und Patientinnen mit Anorexia nervosa in 3 gewichtsdefinierte Phasen eingeteilt.

1. Akutphase (> 15% unter dem Entlassungsgewicht)

- Medizinische Aufnahmeuntersuchungen und somatische Therapien.
- Psychologischer Test zum Ausschluss eines organischen Psychosyndroms.
- Solange medizinisch nicht dagegen spricht, ist die Teilnahme an folgenden Therapien oder Aktivitäten verpflichtend:
Ernährungsberatung, Genusstraining, Gespräche mit Bezugspfleger und Fallführender/m, Heilstättenschule, Kochgruppe, Kunsttherapie, Musikgruppe, Physiotherapie, Psychotherapie, sozialpädagogische Aktivitäten im Krankenhausareal.
- Körperlich anstrengende Therapien oder Aktivitäten (Bewegungs- und Reitgruppe, sozialpädagogische Ausflüge) sind untersagt.
- In der Heilstättenschule ist es nicht möglich Schularbeiten und Tests zu schreiben.
- Ausgänge von der Station nur mit von den Eltern schriftlich genannten erwachsenen Bezugspersonen.
- Keine Wochenendbeurlaubungen.

2. Stabilisierungsphase (15% - 5% unter dem Entlassungsgewicht)

- Medizinische Untersuchungen nur auf ausdrückliche ärztliche Anordnung.
- Umfassende psychologische Diagnostik.
- Die Teilnahme an allen Therapien und sozialpädagogischen Aktivitäten ist verpflichtend.
- In der Heilstättenschule ist es möglich Schularbeiten oder Tests zu schreiben.
- Ausgänge von der Station ab dem 12. Geburtstag mit schriftlichem Einverständnis der Eltern auch unbegleitet.
- Wochenendbeurlaubungen sind möglich.
- Mit Magensonde gelten für Ausgänge und Wochenendbeurlaubungen die Richtlinien der Akutphase.

3. Entlassungsphase (<5% unter dem Entlassungsgewicht)

- Medizinische Untersuchungen nur auf ausdrückliche ärztliche Anordnung.
- Die Teilnahme an allen Therapien und sozialpädagogischen Aktivitäten ist verpflichtend.
- In Begleitung einer von den Eltern schriftlich genannten erwachsenen Bezugsperson kann eine Mahlzeit pro Tag statt an der Station auch auswärts eingenommen werden.
- Sofern geographisch bzw. verkehrstechnisch möglich, sollte vormittags die Stammschule besucht werden.
- Ausgänge von der Station ab dem 12. Geburtstag mit schriftlichem Einverständnis der Eltern auch unbegleitet.
- Wochenendbeurlaubungen sind erwünscht.
- Mit Magensonde gelten für Ausgänge und Wochenendbeurlaubungen die Richtlinien der Akutphase.

Sobald das Entlassungsgewicht erreicht ist, muss dieses eine Woche lang gehalten werden. Dabei wählen die Kinder und Jugendlichen schon eigenständig ihre Mahlzeiten aus. Eine ambulante Nachbetreuung ist unbedingt erforderlich, da der Gesundungsprozess zum Entlassungszeitpunkt in der Regel noch nicht abgeschlossen ist. Eine längere Psychotherapie ist von entscheidender Bedeutung. Weitere Kontrollen in der Essstörungsambulanz sind notwendig, um auf Rückfälle prompt reagieren zu können. Im Falle einer Gewichtsabnahme erfolgt eine neuerliche stationäre Aufnahme, bis das zuvor erreichte Höchstgewicht überschritten wird. Sobald das endgültige Behandlungsziel mit Erreichen der 25. BMI Perzentile geschafft ist, wird 3 Monate später eine Abschlusskontrolle vereinbart. (vgl. Mödlinger Behandlungskonzept für Jugendliche mit Magersucht)

12.2. Praktikum

Heilpädagogisches Voltigieren und Reiten mit Jugendlichen mit Anorexie (Magersucht) aus dem LK Mödling im Sonderpädagogischen Zentrum Hinterbrühl (SPZ) mit Frau Mag. Elisabeth Krisch-Kranich. Diese sozialpädagogische Aktivität ist besonders wichtig für Personen mit Wahrnehmungsstörungen. Da sie am Pferd sitzend ihren eigenen Körper wieder empfinden und wahrnehmen können, wird das Heilpädagogische Voltigieren ohne Sattel, nur mit Decke und Gurt durchgeführt. Die Kinder und Jugendlichen können so die Bewegungen des Pferdes besser spüren.

Am 3. November 2021 sind es ausnahmsweise 7 junge Mädchen zwischen 11 und 16 Jahren, die an der Einheit teilnehmen. Somit ergibt es sich, das Thema „Teilen“ aufzugreifen, da normalerweise nur 4-5 Teilnehmerinnen sind.

Frau Mag. Krisch-Kranich ist immer schon etwas früher im Stall um das Therapiepferd, Armani, von der Koppel in den Stall zu holen. Wenn die Mädchen kommen steht er bereits am Putzplatz und wartet geduldig.



Die jungen Teilnehmerinnen kommen immer mit der Heilstätten Pädagogin Frau Irene Pisani mit einem Taxi nach Hinterbrühl.

Die anwesenden Mädchen haben alle unterschiedlichste Pferdeerfahrungen. Dieses Mal ist sogar ein Mädchen N. dabei, die noch nie bei einem Pferd war oder auf einem gesessen ist. Ein anderes wiederum geht regelmäßig reiten. Die Gruppe ist also kunterbunt zusammen gemischt.

Gemeinsam wird das Pferd geputzt und für die 1,5h Einheit vorbereitet. Der Haflinger Wallach wird mit einem dicken Westernpad, einer Schaumstoffunterlage, einem Voltigiergurt und einem Zaumzeug ausgestattet. Er genießt sichtlich die viele Aufmerksamkeit der Jugendlichen. Er schnuppert und knabbert vorsichtig an ihren Kleidungsstücken.

Hier ist es spannend die verschiedenen Charaktere der Mädchen zu beobachten. Die schüchternen Mädchen, die eher abseitsstehen und die Mädchen, die am liebsten alles allein machen würden. Hier ist es wichtig, dass Mag. Krisch-Kranich gut vermittelt und für alle einen angenehmen Mittelweg findet ohne sich aber zu viel einzumischen.

Schon als ich die Mädchen nach ihren Namen und Alter gefragt habe, kann ein wenig auf den Charakter geschlossen werden. Manche antworten laut und selbstbewusst. Andere wiederum konnte ich kaum verstehen, weil sie so geflüstert haben.

Wir gehen alle gemeinsam in die Halle. Zum Aufwärmen laufen die Jugendlichen eine Runde in der kleinen Halle. Da viele neue Mädchen an diesem Tag mit sind, darf ich mich zuerst auf das Pferd setzen um zu zeigen, dass er brav ist und keiner Angst haben muss.

Die Jugendlichen machen sich selbst eine Reihenfolge aus, wie sie nacheinander aufs Pferd kommen. Jedes Mädchen darf einmal auf das Pferd und selbst entscheiden was sie zeigen möchte. Die geübteren zeigen eine Voltigierübung. Andere möchten nur auf Armani sitzen und das genießen. Auch eine Trabrunde darf gemacht werden. Ein Mädchen L. war zwar schon zweimal mit bei der Reittherapie, aber noch nie am Pferd, weil sie nie wollte. Dieses Mal änderte sie ihre Meinung und wollte auch auf Armani sitzen. N. traute sich zuerst nicht aufs Pferd. Erst als wir den Vorschlag machten, dass sie sich mit mir rauf setzen kann, stimmte sie zu. Kaum am Pferd oben begann die 11-Jährige zu lächeln und zu wachsen. Hinter ihr sitzend lobte ich sie und man konnte spüren, wie stolz sie war.

Danach geht die ganze Gruppe noch eine Arealrunde im SPZ. Hier dürfen immer zwei Jugendliche gemeinsam reiten und ein Mädchen führt das Pferd. Somit wird die Gemeinsamkeit gefördert.

Am 10. November sind nur drei Mädchen bei der Reittherapie. Da alle schon mehrmals auf Armani gesessen sind und schon mal auswärts mit Zügeln geritten sind, wird heute Heilpädagogisches Reiten gemacht. Es wird gleich das Thema „Zügeln in die Hand nehmen – Chef sein – auch beim Essen“ aufgegriffen.

Gemeinsam wird das Pferd geputzt und vorbereitet. Armani wird mit einem dicken Westernpad, einer Schaumstoffunterlage, einem Voltigiergurt und einem Zaumzeug mit Zügeln ausgestattet.

In der Halle wird ein Slalom aus Hütchen aufgestellt, den die Kinder mit dem Pferd absolvieren. Nach der ersten Runde, wird noch eine Stange zum drübersteigen und eine Gasse zum Durchgehen dazugelegt. Die Jugendlichen meistern auch diesen Parcours hervorragend. Sie sind sichtlich stolz auf sich, dass sie zum ersten Mal ein Pferd so gelenkt haben. Danach dürfen

noch an der Longe ein paar Trabrunen gemacht werden. Zum Abschluss gehen wir wieder eine Arealrunde gemeinsam.

Armani ist ein 16-jähriger Haflingerwallach mit jahrelanger Therapieerfahrung. Er wird für das Heilpädagogische Voltigieren und Reiten bei Kleingruppen eingesetzt sowie für Einzel-Reitpädagogik Stunden. Am Wochenende wird er zum Ausgleich von den Reitpädagoginnen geritten. Im Stall sind auch noch zwei weitere Therapiepferde. Über die Sommermonate haben die Pferde, genauso wie die Kinder und Jugendlichen Ferien. Diese verbringen sie auf einer nahegelegenen Weide.



Im Rahmen meines Praktikums im SPZ Hinterbrühl kann ich sagen, dass es unterschiedlichste Ursachen für Anorexie gibt. Die Mädchen sind sehr ehrgeizig, haben hohe Erwartungen an sich selbst und möchten immer die Kontrolle innehaben. In manchen Fällen spielen auch Mobbing und andere psychische Komponenten eine Rolle. Es ist schwer zu sagen wie lange die Betroffenen einen stationären Aufenthalt benötigen. Wenn sie nach dem Anorexie Konzept behandelt werden, kann dies 3 bis 6 Monate, sogar bis 9 Monate dauern. Wenn sie ihr Zielgewicht erreicht haben und dieses auch halten können werden sie entlassen. Nach der Entlassung wird ihnen nahegelegt weiterhin in psychotherapeutischer Behandlung zu bleiben und es werden auch regelmäßig ambulante Gewichtskontrollen durchgeführt.

Es waren interessante Stunden, die ich mit den Jugendlichen und ihren Betreuerinnen verbringen durfte. Alle waren sehr aufgeschlossen und freundlich mir gegenüber. Ich konnte viele Informationen für mich und meine Arbeit mitnehmen.

Zusammenfassung

Tiere haben schon lange Einfluss auf das Leben der Menschen und somit wirkt sich auch ihre Anwesenheit auf uns aus. Vor allem Haustiere haben messbare physische Auswirkungen auf den menschlichen Körper, wie zum Beispiel Muskelentspannung oder auch das Training der Motorik. Jedoch viel wichtiger sind die psychischen und seelischen Aspekte bei dem Umgang mit Tieren. Sie spenden uns Trost, wenn wir traurig sind. Sie fördern das Selbstwertgefühl und das Selbstbewusstsein. Bei alleinstehenden Personen vermitteln Haustiere das Gefühl, gebraucht zu werden und verringern somit auch die Emotion der Einsamkeit.

Pferde haben genau die gleichen positiven Eigenschaften wie jene der üblichen Haustiere. Besonders sind sie Experten in der Interpretation der Körpersprache, da diese ihr Hauptkommunikationsmittel ist. Daher werden Pferde auch immer häufiger in den unterschiedlichsten therapeutischen Settings eingesetzt. Diese Tiere sind sehr empathisch. Sie antworten auf unsere psychische Situation und unseren Tonfall.

Vor allem in der Psychotherapie mit Pferd gibt es schnellere und bessere Ergebnisse bei Patienten / Patientinnen mit Traumastörungen, als wenn eine herkömmliche Therapie in einer Praxis stattfindet. Die Ressourcenaktivierung wird angeregt. Die Probleme werden mit dem Co-Therapeuten Pferd erarbeitet, aufgearbeitet und versucht, zu bewältigen. Und für die Betroffenen steigt die Motivation, wenn sie mit einem Pferd arbeiten können.

In mehreren Studien wurden die positiven Auswirkungen von eingesetzten Therapiepferde aussagekräftig bestätigt.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die Reduktion der Depressionen zwischen 19% und 72% liegt. Die Reduktion der PTBS-Symptome beträgt, je nach Studie, zwischen 13% und 80%. Weiters konnten die Ängste der Teilnehmer um 21% bis 65% vermindert werden. (vgl. HEDIGER, ZINK 2020, S. 31)

Leider wird diese Form von Psychotherapie in Österreich noch nicht von der Krankenkasse anerkannt und somit mitfinanziert. Daher haben viele Personen gar nicht erst die Möglichkeit eine solche vielversprechende Therapieform in Anspruch zu nehmen.

Literaturverzeichnis

Bücher

BEETZ, A., JULIUS, H., KOTRSCHAL, K., TURNER, D., UVNÄS-MOBERG, K. (2014): Bindung zu Tieren, Psychologische und neurobiologische Grundlagen tiergestützter Intervention

Hogrefe Verlag, Göttingen

FÖRSTER, A., MUTH, C. (Hrsg.) (2005): Tiere als Therapie – Mythos oder Wahrheit, Zur Phänomenologie einer heilenden Beziehung mit dem Schwerpunkt Mensch und Pferd

Ibidem Verlag, Stuttgart

HEDIGER, K., ZINK, R., (2020): Pferdegestützte Traumatherapie

2. Auflage, Reinhardt Verlag, München

HEINTZ, B., (2021): Empathie auf vier Hufen – Einblicke in Erleben und Wirkung pferdegestützter Psychotherapie

Vadenhoeck & Ruprecht Verlag, Göttingen

OLBRICH, E., OTTERSTEDT, C. (Hrsg.) (2003): Menschen brauchen Tiere, Grundlagen und Praxis der tiergestützten Pädagogik und Therapie

Franckh-Kosmos Verlag, Stuttgart

SCHÜTZ, K. (2020): Pferde, Forschung & Psychologie, Wissenschaftliche Befunde zu Fähigkeiten von Pferden und deren Wirkung auf Menschen

2. Auflage, Books on Demand, Norderstedt

URMONEIT, I. (2020): Pferdegestützte systemische Pädagogik

3. Auflage, Reinhardt Verlag, München

VERNOOIJ, M., SCHNEIDER, S. (2018): Handbuch der tiergestützten Intervention

4. Auflage, Quelle & Meyer Verlag, Wiebelsheim

Internetquellen

Wikipedia

URL: <https://de.wikipedia.org/wiki/Oxytocin>

Zugriff: 15.04.2021

ESAAT (European Society for Animal Assisted Therapy) (2012): Definition „Tiergestützte Therapie“.

URL: <https://www.essat.org/definicion-tiergestuetzter-therapie/>

Zugriff: 20.04.2021

Österreichisches Kuratorium für therapeutisches Reiten

URL: <https://www.oktr.at/web/hippotherapie>

Zugriff: 07.07.2021

Wikipedia

URL: [https://de.wikipedia.org/wiki/Trauma_\(Psychologie\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Trauma_(Psychologie))

Zugriff: 17.09.2021

Wikipedia

URL: https://de.wikipedia.org/wiki/Eye_Movement_Desensitization_and_Reprocessing

Zugriff: 04.10.2021

Wikipedia

URL: https://de.wikipedia.org/wiki/Katathym_Imaginative_Psychotherapie

Zugriff: 04.10.2021

Coachingdachverband

URL: <https://coachingdachverband.at/coaching/was-ist-coaching/>

Zugriff: 05.10.2021

URL: <https://www.labor-gaertner.de/service/berechnungen/bmi-perzentile-und-sds/>

Zugriff: 22.11.2021