Hausarbeit

„Auswirkungen pferdegestützter Interventionen auf die Selbstwirksamkeit und die Ressourcen von Mädchen und jungen Frauen mit Migrations- und Fluchterfahrung unter Einbezug der Methoden der Erlebnispädagogik, der Sozialen Arbeit und einem respektvollen Umgang mit Pferden“

Verfasserin:
Martina Laimer

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

Wien, September 2022
Verein „Tiere als Therapie“ – Wissenschafts- und Ausbildungszentrum

Silenegasse 2-6, 1220 Wien

5. Diplomlehrgang für tiergestützte Therapie und tiergestützte Fördermaßnahmen

Begutachter/Begutachterin: Barbara Sauter

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.

25.11.2022

Wien, Datum

Unterschrift

Inhaltsverzeichnis

1. Abstract 4
2. Selbstwirksamkeit 4
3. Das Selbst- Konzept und die Ressourcenorientierung 6
4. Migration 7
5. Posttraumatische Belastungsstörung 8
6. Erlebnispädagogik mit dem Pferd 9
7. Pferdegestützte Interventionen 10
8. Biologie und Psychologie der Pferde 13
9. Grundhaltungen und Methoden für einen respektvollen Umgang mit Pferden 16
   9.1. Natural Horsmenship- Pat Parelli 16
   9.2. Linda Tellington – Jones und die Tellington TTouch Methode 19
   9.3. Monty Roberts und die JOIN-UP Methode 22
10. Projekt: *peppa goes Steiermark- Tiererlebnistage 26
   10.1. Zur Person 26
   10.2. Einrichtung 27
   10.3. Kurzbeschreibung des Projektes 29
   10.4. Zielgruppe 29
   10.5. Ausgangssituation 29
   10.6. Ziele 30
   10.7. Zeitplan 33
   10.8. Arbeitsprinzipien 35
   10.9. Team 35
   10.10. Sicherheitsmaßnahmen 36
   10.11. Geplanter Ablauf und pädagogische Methoden 36
   10.12. Pädagogische Methoden 39
   10.13. Durchführung *peppa goes Steiermark- Tiererlebnistage 42
   10.14. Reflexion 56
11. Quellenverzeichnis 58

1. Abstract

Pferde sind besondere Tiere - sie kommunizieren mit Menschen auf eine authentische, nonverbale Art und reagieren auf feinste Bewegungen und Stimmungen. Die folgende Arbeit beschreibt was pferdegestützte Intervention in der Erlebnispädagogik und Sozialen Arbeit meint und welche Ziele für Mädchen und junge Frauen mit Migrations- und Fluchterfahrung durch die Zusammenarbeit mit Pferden erreicht werden. Mädchen und junge Frauen, die geflüchtet sind, haben oft traumatisierendes erlebt, stehen in Österreich vor neuen Herausforderungen, und sind häufig von Diskriminierungen betroffen. Projekte der Sozialen Arbeit sollen eine Unterstützung bieten und für Chancengleichheit und gleichberechtigte Teilhabe in der Gesellschaft stehen. Selbstwirksamkeit und Ressourcenorientierung ist ein Fokus für die Stärkung der jungen Frauen. Ein Grundstein für die pferdegestützten Interventionen stellt ein respektvoller, bedürfnisorientierter Umgang mit Pferden dar. So werden in folgender Arbeit Grundwerte und Methoden des Natural Horsemanship dargelegt, sowie die Biologie und Psychologie der Pferde. Im zweiten Teil der Arbeit wird ein Projekt vorgestellt „*peppa goes Steirmark- Tiererlebnistage“, welches mit der Institution *Mädchenzentrum *peppa* der Caritas Wien in Zusammenarbeit mit dem *Antioniushof- Landeskompetenzzentrum Mensch- Tier- Beziehung*, durchgeführt wurde.

2. Selbstwirksamkeit

Albert Bandura, ein kanadischer Psychologe beschreibt in seiner Theorie des sozialen Lernens das Konzept der Selbstwirksamkeitserwartung oder „self efficacy“. Dies ist ein kognitiver Faktor und bedeutet die Selbsteinschätzung einer Person, wie wirksam sie das eigene Verhalten, die Gedanken und Gefühle kontrollieren kann, um bestimmte Ziele zu erreichen (BANDURA, 1997 zit. in: SIEGLER et al. 2016, S. 326). Ein Mensch mit hoher Selbstwirksamkeit glaubt daran mit den eigenen Handlungen etwas bewirken zu können und wird beispielsweise sein Lernumfeld so gestalten, dass effektives Lernen möglich ist. Kinder und Jugendliche, die kein Vertrauen darauf haben, dass sie durch ihre eigenen Fähigkeiten ihr Gefühlsleben regulieren können, sich auch für unfähig halten ihre schulischen Leistungen zu meistern oder etwas Neues zu lernen, haben eine geringe Selbstwirksamkeitserwartung (vgl. SIEGLER et al. 2016, S. 327).

So geht es auch um Vertrauen in sich selbst, dass man auch in verschiedenen Situationen angemessene Verhaltensresultate erzielen kann um gewünschtes Verhalten selbst auszuführen. Menschen mit hoher Selbstwirksamkeitserwartung glauben daran, selbst in schwierigen

Situationen etwas bewirken zu können und in der Lage zu sein, selbständig handeln zu können (vgl. GERRIG, 2016, S.530).

Ein wichtiger Punkt der Selbstwirksamkeitserwartung ist die Annahme, dass man als Person gezielt Einfluss auf die Umgebung, die Dinge und die Welt nehmen kann. In Folge beeinflusst die Selbstwirksamkeitserwartung die Wahrnehmung und die Motivation etwas zu versuchen. Wenn eine Person erwartet, dass sie nichts ausrichten kann, wird sie oft auch nicht versuchen die Handlung auszuführen oder ein Risiko einzugehen. Selbst wenn die Person, den Wunsch besitzt etwas zu tun, kann es sein, dass sie die erforderliche Aufgabe nicht angeht, wenn sie davon überzeugt ist, nicht das Zeug dazu zu haben das Ziel zu erreichen (vgl. GEERIG; 2016, S. 530).

Es gibt vier wichtige Informationsquellen für die Bewertung der eigenen Selbstwirksamkeit (vgl. GEERIG; 2016, 250):

- Das tatsächlich Erreichte
- Stellvertretende Erfahrung (Beobachtung der Leistungen anderer)
- Überzeugung (andere können eine Person überzeugen, dass sie eine Sache schaffen kann, oder die Person kann sich selbst überzeugen)
- Überwachung der emotionalen Erregung, wenn man an die Aufgabe denkt (Angst ist ein Indikator für geringe Erfolgsaussichten, freudige Erregung hilft eine Sache anzugehen)

Wichtig anzuführen ist nun, dass Selbstwirksamkeitsurteile beeinflussen, wie viel Anstrengung eine Person aufwendet bzw. wie schnell sie dazu neigt aufzugeben, wenn sie in einer Situation auf Schwierigkeiten stößt (BANDURA, 1997, zit. in: GERRIG, 2016, S. 530).

In Banduras Theorie wird auch die Umwelt berücksichtigt. Erfolgs- bzw. Misserfolgserwartungen können neben der Selbstwirksamkeitserwartung auch davon abhängen, ob die Umwelt als förderlich oder hemmend erlebt wird. Diese Erwartungen werden ergebnisorientierte Erwartungen genannt (vgl. GERRIG, 2016, S. 531).

Das bedeutet, dass die Verhaltensergebnisse davon abhängen wie Menschen die eigenen Fähigkeiten UND die Umwelt wahrnehmen. Spannend ist, dass Selbstwirksamkeits-erwartungen und Handlungsergebnisse häufig zirkulär wirken. Hat man eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung („Ich kann es schaffen“), wird man sich auch anspruchsvolle,

schwierige Aufgaben suchen, da man der Überzeugung ist, es meistern zu können. Eine gute Leistung führt in Folge wieder zu einer Bestätigung und Erhöhung der eigenen Selbstwirksamkeitserwartung (vgl. GERRIG, 2016, S. 531).

Genau aus diesem Grund ist es wichtig, dass Kinder und Jugendliche unterstützt werden auch Herausforderungen anzugehen und zu meistern, denn es geschafft zu haben, steigert ihre Selbstwirksamkeitserfahrung. Sie sind glücklich, dass sie die Situation gemeistert haben und in ihnen steigt die Annahme, dass sie mit ihren Fähigkeiten auch andere schwierige Situationen meistern können. Dies führt dazu, dass ihre Motivation gesteigert wird, um sich auf neue Situationen einzulassen.

Gerade Mädchen und junge Frauen mit Migrations- und Fluchterfahrung haben oft eine Unsicherheit und Angst, etwas nicht zu schaffen. Für sie sind viele Situationen neu oder sie hatten durch Krieg und Diskriminierungen aufgrund des Frau seins nicht die Möglichkeiten viel Neues zu lernen. Doch diese jungen Frauen sind sehr stark und versuchen so gut sie können ihr neues Leben in Österreich aufzubauen. Was sie brauchen ist es Neues zu erfahren, etwas Positives zu Erleben und ohne Bewertungen und Angst Aufgaben zu meistern. Dies steigert ihre Selbstwirksamkeitserwartung und ihr Selbstbewusstsein.

3. Das Selbst- Konzept und die Ressourcenorientierung

„Das Selbstkonzept ist eine dynamische geistige Struktur, die intra- und interpersonale Verhaltensweisen und Prozesse motiviert, interpretiert, strukturiert, vermittelt und reguliert“ (GERRIG; 2016, S. 533).

Carl Rogers, ein Vertreter der humanistischen Perspektive betont das Selbst- Konzept. Hier geht es um den Wunsch nach Selbstverwirklichung, das Streben sein/ihr Potential zu entfalten (vgl. GERRIG, 2016, S. 523). Kinder und Jugendliche brauchen eine unbedingte positive Wertschätzung, sie sollten immer das Gefühl haben geliebt und akzeptiert zu werden, trotz Fehler oder Fehlverhalten, muss klar sein, dass sie sich die Liebe ihrer Bezugspersonen nicht verdienen müssen, sondern bedingungslos geliebt werden. Dies fördert eine positive Selbstwertschätzung. Dies ist die Akzeptanz ihrer selbst, sich selbst zu mögen, trotz ihrer Schwächen (vgl. GERRIG, 2016, S. 523).

Das Selbstwertgefühl einer Person ist die generalisierte Bewertung des Selbst. Ein wichtiger Punkt ist, dass das Selbstwertgefühl starken Einfluss auf die Gedanken, Stimmungen und das

Verhalten haben kann. Geringer Selbstwert schränkt somit die Fähigkeit ein, mithilfe von Zielen positive Ergebnisse herbeizuführen (vgl. GERRIG, 2016, S. 533).

Um Mädchen und junge Frauen zu unterstützen ihren Selbstwert zu steigern und ihre vorhandenen Ressourcen „zum Vorschein zu bringen“, kann mithilfe von positiven Ereignissen und Erlebnissen gearbeitet werden. Durch die Gesprächsführung der SozialarbeiterIn kann im Anschluss reflektiert werden, was und wie es erlebt wurde. Es geht darum, dass die Mädchen selbst erkennen, dass sie sehr vieles gut können und ein wertvoller Mensch mit vielen Ressourcen und Zielen sind.

In der Sozialen Arbeit und in der pferdegestützten Intervention gibt es zwar Verhaltensregeln zum Schutz der Menschen und Tiere, doch es gibt kein Richtig und Falsch, wenn es um die Zielerreichung geht. Es ist ein Prozess, den die Jugendlichen gemeinsam mit der SozialarbeiterIn/ PädagogIn gehen können. Es geht darum Angebote zu machen und Erlebnisse als Lernchance zu betrachten.

4. Migration

Laut UN Flüchtlingshilfswerk UNHCR waren 2015 weltweit mehr als 65 Millionen Menschen auf der Flucht. Mehr als die Hälfte der Geflüchteten sind jünger als 18 Jahre alt (vgl. UNHCR 2016). In Österreich steigt der Anteil der Bevölkerung mit Migrationserfahrung, so leben 2019 42% mehr Personen mit Migrationserfahrung in Österreich als 2009 (vgl. Statistics Austria, 2020, Migration und Integration, Statistisches Jahrbuch). Viele Menschen immigrierten in den letzten Jahren aus verschiedenen Ländern, zum Beispiel Syrien, Afghanistan und Somalia nach Österreich. Sie sind auf Grund von Bürgerkrieg, willkürlichen Angriffen auf Zivilisten, Zerstörung der zivilen Infrastruktur, Zerstörung des Wohnraums und der Nahrungsmittel, … gezwungen zu flüchten (vgl. SEAGER 2020, S. 33).

Das Ziel ist einerseits, gezielte bedürfnisorientierte Angebote für Menschen mit Fluchterfahrung aufzubauen, und andererseits, eine offene diverse Gesellschaft zu leben, in der jeder Person durch Inklusion die gleichen Chancen für eine gesellschaftliche Teilhabe ermöglicht werden.

Mädchen und junge Frauen mit Migrationserfahrung erleben während der Flucht oft traumatische Ereignisse und stehen in Österreich vor vielen Herausforderungen, wie beispielsweise das Erlernen einer neuen Sprache, das Zurechtfinden in einer neuen Umwelt.

Gleichzeitig erleben gerade Frauen und Mädchen Mehrfachdiskriminierungen oder Grenzen aufgrund kultureller Vorgaben. In dieser Arbeit soll der Fokus daraufgelegt werden, wie Mädchen und junge Frauen durch pferdegestützte Interventionen gestärkt und unterstützt werden können.

5. Posttraumatische Belastungsstörung

Der Begriff Trauma stammt aus dem Griechischen und bedeutet „Wunde“ (vgl. POLAT 2017, S. 228). In der Medizin bedeutet dies eine Verletzung, die durch plötzliche Gewalteinwirkung entsteht. In der Psychologie und Psychiatrie meint Trauma, dass psychische Wunden bei einer Person vorliegen, die dadurch entstehen, dass jemand ein schockierendes Ereignis selbst erlebt hat, oder Zeuge davon ist (vgl. BEAR et al. 2016, S. 821). Beispiele für traumatische Ereignisse sind Gewalterfahrungen, Misshandlungen, Krieg, Todesangst, Unfälle ect., was als traumatisch erlebt wird, kann auch für jede Person anders sein (vgl. GERRIG S. 565). Nicht nach jedem Trauma, entsteht eine Posttraumatische Belastungsstörung, doch es kann eine langanhaltende Folge solcher Erfahrungen darstellen. Zu den Symptomen einer PTBS gehören verstärkte Angstgefühle, immer wieder aufkommende Erinnerungen, Träume oder Flashbacks der traumatischen Erfahrungen, Reizbarkeit oder emotionale Abgestumpftheit, sodass die Lebensfreude der Betroffenen reduziert sein kann (vgl. BEAR et al. 2016, S. 821).

Sollte bei Betroffenen, die Flucht und Kriegserfahrungen gemacht haben, eine Posttraumatische Belastungsstörung vorliegen, ist es auf jeden Fall wichtig, sich professionelle Hilfe zu holen. Dies kann in Form einer Psychotherapie oder anderen therapeutischen Angeboten passieren. Zusätzlich zur Therapie ist es jedoch auch wichtig für die Betroffenen, als Teil einer Gesellschaft und Gruppe, positive Erfahrungen zu machen und in ihren Ressourcen und in ihrer Selbstwirksamkeit gestärkt zu werden.

Als SozialarbeiterIn oder Pädagogische Fachkraft braucht man Grundkenntnisse der Psychotraumatologie sowie der Traumapädagogik. Ob eine PTBS vorliegt oder nicht, ist es wichtig Kenntnisse darüber zu haben, wie traumatische Erfahrungen sich auf das Erleben und Verhalten Betroffener auswirken und was sie zur Unterstützung brauchen (vgl. POLAT 2017, S.227).

6. Erlebnispädagogik mit dem Pferd

Erlebnispädagogik ist ein Teilgebiet der Pädagogik und der Sozialen Arbeit. Bei der Erlebnispädagogik geht es vor allem um das Lernen durch Erleben. Erlebnispädagogische Maßnahmen können Veränderungen im emotionalen, sozialen, kognitiven und praktischen Kontext bewirken (vgl. HECKMAIR et al., 2012, S.12).

In der Erlebnispädagogik kann das Bewältigen von schwierigen Situationen geübt werden, dies bedeutet in Folge das Selbstbewusstsein zu stärken und die Frustrationstoleranz zu erhöhen. Die neu gemachten Erfahrungen sollen von den KlientInnen in weiterer Folge in den Alltag übertragen werden. Bei den Erlebnissen werden lebenspraktische Fähigkeiten gefordert und es wird gelernt, die eigenen Bedürfnisse zu erfüllen, die Kreativität wird gefördert, sowie die sozialen Fähigkeiten im Zusammensein in einer Gruppe (vgl. GÄNG, 2017, S. 10).

Bei der Erlebnispädagogik mit dem Pferd steht das Lebewesen Pferd im Mittelpunkt des Geschehens. Der Umgang und das Zusammensein mit dem Pferd spricht die emotionale Seite der Menschen an. Pferde bewerten nicht nach menschlichen Maßstäben, durch die Präsenz des Pferdes wird ein neuer Zugang zu sich selbst und zur Umwelt ermöglicht (vgl. GÄNG, 2017, S. 10).

TeilnehmerInnen an erlebnispädagogischen Maßnahmen mit dem Pferd werden zu eigenem Denken und kreativem Handeln ermutigt. Es soll Zeit zum Verweilen und zum achtsamen Spüren bleiben. Solche Begegnungen sind besondere Erfahrungen für Kinder und Jugendliche. Erlebnispädagogik mit dem Pferd braucht einen professionellen Zugang und eine gute Planung, es kann vor, nach oder zusätzlich zu einer Therapie oder heilpädagogischen Förderung mit dem Pferd durchgeführt werden (vgl. GÄNG, 2017, S. 11).

Es gibt unzählige, vielfältige Möglichkeiten wie Erlebnispädagogik mit dem Pferd aussehen kann. Zum Beispiel kann eine Schnitzeljagd am Pferd durch den Wald organisiert werden, es können Spiele rund ums Pferd erlebt werden, eine Show mit Kostümen, Liedern und Schauspielerei kann mit den Kindern und Jugendlichen einstudiert werden, ein gemeinsamer Wanderritt mit Lagerfeuer, ein Geruchsmemory gebastelt und nach den Lieblingsgerüchen von Mensch und Pferd geforscht werden, Führübungen, Reitübungen, Pferdeleckerli backen, Pferdepflege,… und vieles mehr! Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt, wenn es darum geht, Pädagogik und das Erleben in der Umwelt des Pferdes sowie das eigene Erleben mit dem Pferd miteinander zu verbinden. Wichtig ist immer der achtsame und respektvolle Umgang mit Pferden (vgl. KIEHNE, 2021, S.33).

Durch das Angebot der erlebnispädagogischen Maßnahmen mit dem Pferd können Kinder und Jugendliche eine ganze Reihe an Erfahrungen machen und ihre Kompetenzen erweitern. So zum Beispiel ist es im Umgang mit Tieren wichtig, klare, transparente Regeln zu befolgen um die Sicherheit von Mensch und Tier zu gewährleisten. Kinder und Jugendliche lernen Verantwortung für die Tiere zu übernehmen und Vertrauen aufzubauen. Auch Eigenverantwortung, Eigenwahrnehmung und Selbstreflexion wird gefördert, bzw. die Empathie und das Gespür für die Bedürfnisse des Tieres und der Menschen. Weiters wird Team und Konfliktfähigkeit gefördert und spannende Wissensinhalte über Realität tiergerechter Haltung sowie Lebensphasen Geburt, Wachstum, Vermehrung, Alter und Tod kann besprochen werden (vgl. WESENBERG 2020, S. 142).

7. Pferdegestützte Interventionen

Nun stellt sich die Frage, warum sind pferdegestützte Interventionen so wertvoll? Was macht es so besonders mit Pferden und Menschen zu arbeiten und wie wirken Pferde auf Menschen?

Pferde haben eine beachtliche Körpergröße und Gewicht, was sie von vielen in der tiergestützten Arbeit eingesetzten Tiere unterscheidet. Durch die Größe der Pferde muss ein gutes Sicherheitsmanagement betrieben werden, es fördert aber auch den Respekt und den Stolz der Menschen. Durch gesellschaftliche Konnotationen gilt das Pferd als Prestigeobjekt und ist oft mit Anerkennung von außen verbunden (vgl. HEDIGER et al. 2020, S.51).

Die Körperorientierung ist im Umgang mit dem Pferd sehr stark. Durch das Getragen werden kommt es bei Menschen zu einem Gefühl der Geborgenheit und des Vertrauens. Die KlientInnen nehmen vom Rücken der Pferde eine ganz besondere erhöhte Perspektive ein, was ein großartiges Gefühl ist, von oben über die Landschaft zu blicken, sie können Verantwortung abgeben und sich tragen lassen (vgl. Hediger et al. 2020, S. 51). Die Wiegebewegung des Pferdes erinnert an das Schaukeln im Mutterleib bzw. als Baby zu einer Bindungsperson und vermittelt Geborgenheit. Weiters übertragen sich dreidimensionale Bewegungsimpulse des Pferdes auf den/die ReiterIn. Diese Schwingungen werden in der Gangart „Schritt“ vom Pferd auf das Becken des Menschen übertragen. Dabei wirken Zentrifugal,- Beschleunigungs- und Bremskräfte. Es entstehen Vor- und Seitwärtsbewegungen (vgl. HEDIGER, et al. 2020, S.51).

Diese Bewegungen können nicht nur für die Muskulatur und die aufrechte Körperhaltung des Menschen von Vorteil sein, sondern auch psychische Prozesse in Gang setzen. Sitzt man aufrecht auf dem Pferd, fühlt man sich besser und mutiger. Der ruhige Rhythmus und die

passive Bewegung des Pferdes führen zur Entspannung für Pferd und ReiterIn (vgl. HEDIGER, et al. 2020, S.51). So hat die Gangart „Schritt“ Elemente, die als entspannende Maßnahme stabilisierend für PatientInnen mit Traumafolgestörungen wirken können. Die Gangarten „Trab“ und „Galopp“ können als aktivierende und reorganisierende Elemente miteinbezogen werden (vgl. HEDIGER et al. 2020, S.52).

Die Bewegung beim Reiten fordert und fördert Aufmerksamkeit, Koordination und Achtsamkeit und es kann durch die Synchronisation mit der Bewegung des Pferdes zu einem „Flow- Erleben“ kommen (vgl. HEDIGER et al. 2020, S.52).

Für die Bodenarbeit als auch für das Trainieren der reiterlichen Fähigkeiten wird die Selbstwirksamkeit gesteigert. Für Menschen ist es ein beeindruckendes Erlebnis große und auch kleine Pferde, die bis zu einer halben Tonne wiegen, selbstbewusst zu führen, mit ihnen über Hindernisse zu gehen oder sie in der Freiarbeit mit feinen körpersprachlichen Signalen dazu zu bringen zu folgen oder bestimmte Dinge auszuführen.

Pferde sowie andere Tiere gestalten den Prozess der Begegnung mit. Sie sind von Natur aus neugierig und dem Menschen zugewandt. Viele KlientInnen, die müde durch Therapie oder Beratungssettings sind, interagieren gerne mit dem Beziehungspartner Pferd (vgl. HEDIGER 2020, S. 45).

Tiere wirken als „sozialer Katalysator“ oder „Eisbrecher“ und bauen eine Brücke zwischen TherapeutIn oder BetreuerIn/ SozialarbeiterIn. Oft haben Menschen eine hohe intrinsische Motivation sich mit Tieren zu beschäftigen und mit ihnen in Beziehung zu treten (vgl.- HEDIGER 2020, S.45).

Im Werk „Biophilia: The Human Bond With Other Species“ vom Soziobiologen Edward O. Wislon wird über die Verbindung von Menschen zur Natur und zu Lebewesen gesprochen. Die Biophilie Hypothese besagt, dass sich Menschen in der Evolution stets mit anderen Lebewesen entwickelt haben. Über Millionen von Jahren hat sich so biologisch fundierte Affinität und Liebe der Menschen zum Leben, zur Natur und zu Tieren ausgebildet (vgl. OLBRICH 2009, S.69).

Tiere bewerten Menschen nicht und haben keine Normen und Wertvorstellungen, die wir von unserer menschlichen Gesellschaft gewohnt sind. Daher fällt es Menschen bei Tieren leichter sich angenommen zu fühlen. Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund erfahren oft Diskriminierungen aufgrund ihrer Herkunft oder ihrer Muttersprache. Tiere nehmen keine

Bewertungen vor und akzeptieren die Menschen so wie sie sind. Auch haben sie keinen Leistungsanspruch an die KlientInnen. Sie zeigen jedoch direkt, was sie denken und fühlen. Darauf kann die TherapeutIn/ SozialarbeiterIn/ Pädagogin achten und aufkommende Themen mit den KlientInnen bearbeiten (vgl. HEDIGER et.al. 2020, S.47).

Für Menschen, die anderen nicht so leicht vertrauen, ist dieses „Angenommen sein“ ein besonders wertvoller Aspekt in der Arbeit mit Tieren. Natürlich muss hier erwähnt werden, dass Tiere auch eigene Ziele haben und diese zu verfolgen versuchen, diese beziehen sich jedoch darauf ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen und nicht den Klienten verändern zu wollen.

Mit Pferden sowie anderen Tieren kann in der Arbeit auch Fürsorgeverhalten gezeigt werden, so kann sich um das Pferd gekümmert werden, es kann gefüttert und gebürstet werden und betreut werden. Dies genießen viele Kinder und Jugendliche, da sie in ihrem Umfeld oft die sind, die betreut werden oder unterstützt werden. So können sie ein Lebewesen betreuen und unterstützen und sehen wie sehr es diesem gefällt und dass ihr Verhalten Auswirkungen auf das Wohlbefinden des Pferdes hat (vgl. HEDIGER et al. 2020, S. 47).

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die nonverbale Kommunikation mit den Pferden. Um sich mit Pferden verständigen zu können, braucht es Körpersprache. Diese kann man lernen indem man übt, sich als Teil der Herde mit den Pferden zu unterhalten und in einen Dialog zu kommen. Die Arbeit mit den Pferden findet im räumlichen Kontext statt, man bewegt sich dabei und ist dabei stärker mit Emotionen verknüpft als mit der verbalen Kommunikation (vgl. HEDIGER et al, 2020 S. 47).

Bei der Arbeit mit Pferden kann das grundlegende Bedürfnis von Kindern und Jugendlichen nach Körperkontakt und Zuwendung ausgelebt werden. Das Streicheln von Tieren schüttet nachgewiesenermaßen Oxytocin aus, dies ist ein Hormon welches eine wichtige Rolle für das Wohlbefinden spielt, auch Streicheln wirkt beruhigend (vgl. HEDIGER et al. 2020, S. 48).

In tiergestützten Interventionen ergeben sich sehr viele Handlungsmöglichkeiten. Es gibt viel Möglichkeiten ins Tun zu kommen und die Interaktionen mit dem Tier aber auch Interaktionen rund um das Tier auszuführen. So kann Neues erlernt werden, vorhandene Ressourcen gestärkt werden und die Erfahrungswelt der Personen erhöht werden (vgl. HEDIGER et al. 2020, S. 48).

Pferde bringen nicht nur Lebendigkeit, Spontanität und Humor in die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, sie sind auch im Hier und Jetzt. Pferde leben im Hier und Jetzt und in der Begegnung mit den Menschen fordern sie dies auch ein. Kinder und Jugendliche legen ihr

Handy weg und spüren im Hier und Jetzt den Kontakt und die Beziehung zu den Pferden. Oft kommen Pferde von sich aus in der freien Begegnung zu den Menschen und begrüßen sie. So kann achtsames Erleben und das „sich spüren“ gelernt werden.

Arbeiten Pferd, KlientIn und PädagogInn zusammen, entsteht ein Experimentierraum, in dem man Erfahrungen machen kann. Das Besondere an der Arbeit in diesem Kontext ist, dass in der Interventionseinheit noch ein drittes, aktives, auf seine Weise antwortendes Lebewesen- das Pferd- dabei ist. Dadurch finden neurobiologische Umstrukturierungen im Gehirn statt und Gehirnverbindungen vertiefen sich mit der Zahl und der Intensität der Erfahrungen. So wachsen auch das eigene Vertrauen und die Kraft in die eigenen Fähigkeiten. Dies kann auf andere Situationen übertragen werden und die Fähigkeit, auch in kritischen Situationen bestehen zu können, wird gestärkt (vgl. URMONEIT 2020, S. 11).

8. Biologie und Psychologie der Pferde

Wenn man als SozialarbeiterIn mit den Pferden auf partnerschaftlicher Basis in der Tiergestützten Intervention arbeiten möchte, ist es von großer Bedeutung sich auch Wissen und Kenntnisse über das Verhalten und die Bedürfnisse von Pferden anzueignen.

Als erster Schritt ist es wichtig, die Sprache der Pferde, die sich aus Gestik, Gesichtsausdruck, Haltung und Position des Pferdes zum Artgenossen zeigt, gut zu kennen. So findet man zum Beispiel Ethogramme von Pferden, die mit Bildern die Körpersprache und die Mimik von Pferden darstellen und erklären. Whatan et al. (2015) haben am „Equine Facial Action Coding System“ gearbeitet, welches die Gesichtsausdrücke der Pferde kategorisiert und mit Fotos erklärt (vgl. WHATAN et al. 2015).

Pferde sind Teil einer Herde, eines sozialen Verbandes. Sie sind Fluchttiere, die von Raubtieren gejagt werden. Aus diesem Grund kommunizieren Pferde lautlos und differenziert, da sie sonst die Aufmerksamkeit von Jägern auf sich ziehen würden. Sie entwickelten über die Evolution ein differenziertes körperliches Ausdrucksverhalten. Im Gegensatz zu Pferden gehören Menschen zur Spezies der „Raubtiere“ (vgl. HEDIGER et al 2020, S. 56).

Als Fluchttiere haben Pferde die Augen seitlich am Kopf. Das Gesichtsfeld eines Pferdes beträgt 340 Grad. Das menschliche Gesichtsfeld beträgt 90 Grad. Das bedeutet, dass Pferde, wenn sie zum Beispiel über den Hof gehen, alles sehen was sich dort befindet; außer Gegenstände und Personen, die direkt hinter ihnen sind oder genau unter ihrer Nase. Dies ist

wichtig zu bedenken, wenn Pferde scheuen oder Angst haben. Sollte sich in der Umgebung irgendetwas Unbekanntes bewegen, das die Pferde nicht kennen oder nicht einordnen können, kann es sein, dass sich Pferde gejagt fühlen und den Impuls verspüren sofort zu flüchten (vgl. JONES 2022, 49). Das Pferdeauge sieht einen sehr großen Umkreis, dafür kann es nicht so fokussiert sehen wie Menschen und sieht zum Beispiel ein Hindernis, über das es springen soll verschwommen (vgl. JONES 2022, 45). Pferde haben größere Augen und größere Pupillen als Menschen. Sie besitzen auch mehr Stäbchen als Zäpfchen. Stäbchen sind in den Augen für das Hell-Dunkel- Sehen verantwortlich, während die Zäpfchen für das Farbsehen zuständig sind. Das heißt auch, dass die Pferdeaugen sich zwar gut vor der Sonne schützen können und im Licht gut sehen, sie brauchen jedoch auch länger um sich an die Dunkelheit anzupassen. Das dauert bei Menschen ca. 25 Minuten und bei Pferden 45 Minuten, da sie in der Dämmerung in der Natur auch dafür Zeit haben. Tritt man mit ihnen jedoch aus der Sonne in eine dunkle Reithalle, muss das bedacht werden. So sollten die Reithallen immer gut beleuchtet sein, bzw. könnte man vor der Halle bereits im Schatten warten, sodass die Augen mehr Zeit haben sich an die Dunkelheit zu gewöhnen (vgl. JONES 2022, 62).

Pferde sind rot-grün blind, sie können auch andere Farben schwer erkennen. Am besten sehen sie die Farben gelb und blau. Dies ist auch der Grund, warum es Trainingsstangen und Trainingsmaterial in blau und gelb gibt. Zum Beispiel die Geitner Gassen von Michael Geitner (vgl. JONES 2022, 69).

Pferde haben einen ausgezeichneten Geruchssinn. Pferde können zum Beispiel an den Pferdeäpfeln riechen und wissen genau von welchem Pferd der Herde diese stammen, sie wissen auch welchen sozialen Status dieses Pferd hat, wann der Mist abgesetzt wurde und ob das Pferd in dieser Situation entspannt oder gestresst war (vgl. JONES 2022, 88). Pferde können mit einigen wenigen Atemzügen riechen wo sie Wasser finden, ob Feinde in der Nähe sind, wann andere Pferde das Areal verlassen haben, ob sie diese Pferde kennen und welcher Weg sie nach Hause führt. Sie erkennen Menschen am Geruch und wissen, wer sie besuchen kommt. Sie können auch zum Beispiel am Geruch erkennen, ob ihr Pferdeanhänger vorfährt oder ein anderer. Sie riechen, ob Gerüche auf Kleidung, Sattelzeug oder Decken neu sind (vgl. JONES 2022, S. 89).

Dies sollte bei der TGI bedacht werden, da Pferde ungewohnt reagieren können, wenn die KlientInnen ungewöhnliche Gegenstände berührt haben bzw. vielleicht Gerüche aus dem Krankenhaus vorhanden sind (vgl. HEDIGER 20202, 58). Pferde müssen sorgsam an verschiedene Gerüche gewöhnt werden, bzw. können manche Gerüche vermieden werden.

Über ihren Geruchsapparat, der auch das Vomeronasale Organ beinhaltet, können sie sehr feine Gerüche wahrnehmen die den Menschen verborgen bleiben. So wurde nachgewiesen, dass Pferde Adrenalin und Cortisol bei Menschen riechen können, die bei Angst ausgeschüttet werden (vgl. KRUEGER et al. 2011).

Die Atemfrequenz der Pferde ist in der Ruheatmung niedriger als bei Menschen. So atmen Pferde 8- 15 Mal pro Minute während Menschen 12-18 Mal pro Minute atmen. Versuchen sich Menschen in der Interaktion an das Pferd anzupassen, gleicht sich auch die Atemfrequenz an und die Menschen entspannen sich. Pferde reagieren sehr fein auf Emotionen und Umwelteinflüsse und auf die Personen wie TherapeutIn und PatientIn. Je enger die Bindung zwischen Pferd und TherapeutIn, KlientIn oder einer anderen Bindungsperson des Pferdes ist, desto eher synchronisieren Pferde ihre Atemfrequenz mit dieser Person (vgl. NABER et al 2019, zit. in HEDIGER 2020, S. 61).

Pferde kategorisieren weniger, als es Menschen tun. Menschen sehen etwas und ordnen es sofort in ein Schema ein. Das hat den Vorteil, dass die Welt sehr schnell und vereinfacht verstanden werden kann. Der Nachteil ist, dass es schnell zu Vorurteilen und Stereotypen führen kann, gegen die Menschen bewusst vorgehen müssen, da sie im automatischen Denken des Menschen vorhanden sind. Pferde kategorisieren weniger, für sie ist jede sinnliche Erfahrung neu. Sobald ein Gegenstand oder eine Bewegung anders dargestellt ist, ist es für sie ein neuer Gegenstand, da sie kleinste Veränderungen wahrnehmen können, die den Menschen verborgen bleiben. Zum Beispiel erkennt ein Pferd im Stall den Wasserschlauch, der jeden Tag anders liegt oder aufgerollt wurde, jeden Tag als einen neuen Schlauch. Das muss bedacht werden, wenn sich Pferde erschrecken. Pferde brauchen Sicherheit und wollen sich wohl fühlen, daher ist es wichtig, sie jeden Gegenstand betrachten zu lassen und dabei Ruhe auszustrahlen, damit sie wissen, dass keine Gefahr droht (vgl. JONES 2022, S.111ff).

Pferde haben ein besonders ausgeprägtes Verständnis für die Fortsetzung ihrer körpersprachlichen Signale im Raum, was sich vermutlich auf ihre optischen Fähigkeiten zurückzuführen lässt. Pferde scheinen Beziehungen zwischen Dingen im Raum anhand von Vektoren und Winkeln wahrzunehmen, was auch mit ihrem präzisen Bewegungssehen zu tun hat. Das bedeutet, dass Pferde selbst kleinste Veränderungen in der räumlichen Ausrichtung von Dingen wahrnehmen. Das gleiche gilt auch für lebendige Körper, wo sie minimale Änderungen der Muskelanspannung bemerken und so Handlungen ihres Gegenübers vorhersehen können (vgl. HEDIGER et al, 2020, S. 60). So werden diese Fähigkeiten der Pferde im Natural Horsemanship genutzt, indem man durch minimale Bewegung oder Muskelanspannung bei sich

selbst, als Mensch ein Pferd aus Distanz antreiben oder anhalten kann. Wichtig dabei ist die Bindung zum Menschen und dass das Pferd jederzeit, auch in der Freiarbeit, die Möglichkeit haben sollte, sich zurückzuziehen (vgl. HEDIGER et al 2020, S.61).

9. Grundhaltungen und Methoden für einen respektvollen Umgang mit Pferden

Ein sanfter respektvoller Umgang mit Pferden ist die Voraussetzung für ein Zusammenleben und eine Zusammenarbeit, die für beide Seiten auf Wohlbefinden basiert. Um pferdegestützte Interventionen mit Mensch und Pferd, aber auch Training, Sport oder Freizeit mit den Pferden zu unternehmen, braucht es eine Bindung zwischen Mensch und Pferd. Im folgenden Kapitel werden Methoden und Grundhaltungen sowie Werte dargelegt, welche dieses respektvolle, sanfte, gemeinschaftliche und an den Bedürfnissen der Pferde orientierte Zusammenleben stützt und die Bindung aufbaut. Diese sind die Tellington TTouch Methode von Linda Tellington-Jones, Natural Horsemanship- Prinzipien und Spiele von Pat Parelli, Natural Horsemanship und JOIN-UP von Monty Roberts. Diese bekannten Menschen liefern interessante Grundhaltungen, die für die Bodenarbeit, Freiarbeit, das Reiten und die pferdegestützten Interventionen von großer Bedeutung sind.

9.1. Natural Horsmenship- Pat Parelli

„Wahre Horsemen und Horsewomen lernen ihr Leben lang und sind immer bereit zu fragen“ (Janet Jones)

„Natural Horsmanship ist Erstklassigkeit beim Umgang mit dem Pferd und eine lebenslange Partnerschaft“ (Pat PARELLI)

„Die Dynamik des Natural Horsemanship kann ganz natürlich durch Kommunikation, Verstehen und Psychologie erreicht werden“ (PARELLI)

Natural Horsmenship kommt etymologisch von den Begriffen „natürlich“ und „Pferdemensch“. Bekannte Menschen, die Natural Horsemanship in die Welt getragen haben sind Monty Roberts, Pat Parelli und Linda Tellington Jones.

Pat Parelli ist US-Amerikaner und hat 1981 ein Ausbildungsprogramm gegründet, welches er „Parelli Natural Horsemanship“ nannte. Gemeinsam mit seiner Frau Linda Parelli hat er mit Parelli Natural Horsemanship eine bekannte und führende Weiterbildung entwickelt, die hervorhebt, dass es um die Ausbildung von Menschen- nicht von Pferden- geht, damit die

Menschen das Verhalten der Pferde besser verstehen. Beim Natural Horsemanship geht es darum, die Sprache der Pferde zu verstehen um dann mit ihnen zusammenzuarbeiten (vgl. https://www.parelli-instruktoren.com/de/was-ist-parelli-natural-horsemanship).

Die 8 Prinzipien und 7 Spiele von Pat Parelli sind sehr bekannt, und sollen einen Einblick in die Art und Weise des Natural Horsmanship geben:

1) Horsmanship ist natürlich

Hier erklärt Parelli, dass es für ein harmonisches Miteinander wichtig ist, die Natur und das Verhalten der Pferde zu begreifen. Pferde sind Fluchttiere und haben den Fluchtinstinkt, um vor Gefahren zu flüchten. Menschen, die wie Menschen denken, bezeichnen ein Pferd oft als ungezogen, weil sie nicht wissen, was in der Natur des Verhaltens des Pferdes liegt. Der Mensch muss den Platz in der Herde ausfüllen, er/sie muss als ranghöheres Tier für Sicherheit und Klarheit sorgen (vgl. PARELLI 1995, S. 14).

2) Sei nicht voreingenommen

Es geht darum, dass wir lernen, nicht voreingenommen zu sein und dass wir dem Pferd lehren, nicht voreingenommen zu sein. Pferde beobachten so genau, dass sie vieles vorwegnehmen. Zum Beispiel wenn man immer nach der Reitstunde beim Ausgang stehen bleibt und absitzt, wird es das Pferd irgendwann von selbst machen, weil es weiß was geschehen wird. Die Kunst ist, dem Pferd zu lehren nichts vorwegzunehmen, zum Beispiel indem man immer an einer anderen Stelle anhält um abzusitzen (vgl. PARELLI 1995, S. 15).

3) Kommunikation ist gegenseitig

Kommunikation ist eine gegenseitige Angelegenheit. Zwei oder mehr Individuen haben einen Gedanken und drücken durch ihre Sprache und mit ihren Möglichkeiten aus, was sie meinen. Es geht um die Vermittlung dieser Gedanken und Gefühle, damit gegenseitiges Verstehen passieren kann. Menschen sollen den Pferden nicht nur befehlen, was sie zu tun haben, sie sollen auch den Pferden zuhören, was sie uns sagen (vgl. PARELLI 1995, S.15).

4) Pferde und Menschen haben Verantwortlichkeiten

Parelli erklärt, dass man als Horsman/Horsewoman eine starke Partnerschaft eingeht, in der beide Partner Verantwortung übernehmen. Die Verantwortlichkeiten für das Pferd zu lernen sind, dass es lernt, sich wie ein Partner zu verhalten, nicht wie ein Fluchttier. Weiter, dass es nicht die Richtung und die Gangart ändert und schaut, wo es hintritt. Der Mensch hat die

Verantwortung zu lernen, sich wie ein Partner zu Verhalten, nicht wie ein Raubtier. Außerdem auch, dass er einen unabhängigen Sitz entwickelt und lernt, wie ein Pferd zu denken. Der Mensch lernt die natürliche Kraft des FOCUS zu benutzen (vgl. PARELLI 1995, S.16).

5) Die Einstellung ist Gerechtigkeit

Die Einstellung zum Pferd muss fair und gerecht sein. Ziel ist, dass in der Zusammenarbeit mit dem Pferd die Wünsche des Menschen auch die Wünsche des Pferdes sind. Daher muss der Mensch die Wünsche und Bedürfnisse der Pferde verstehen. In weiterer Folge wird daran gearbeitet, dass die unerwünschten Dinge schwer zu erreichen sind und die erwünschten Dinge leichtfallen. Immer auf der Basis von Respekt. Zum Beispiel muss das Pferd lernen, einen angemessenen Abstand zu halten um nicht in den Menschen hineinzulaufen oder auf die Füße der Menschen zu treten. Das Wichtigste ist, so bestimmt wie nötig und so sanft wie möglich zu sein, um ein gewünschtes Verhalten zu erzielen. Es geht darum den Respekt des Pferdes zu gewinnen (vgl. PARELLI 1995, S. 16).

6) Körpersprache ist universal

Das Pferd verrät durch seine Körpersprache und die feinen Signale eine Menge. Genau wie der Mensch. Doch die meisten Menschen kennen die Signale ihres eigenen Körpers kaum. Hier geht es darum, seine eigene Körpersprache zu reflektieren und sich zu fragen, wie man auf das Pferd wirkt. Da Menschen Raubtiere sind, ist es wichtig, sich nicht so zu verhalten wie ein Raubtier und sich nicht zum Beispiel anzuschleichen, grimmig oder hastig auf das Pferd zuzugehen (vgl. PARELLI 1995, S. 17).

7) Pferde bilden Reiter aus und Reiter bilden Pferde aus

Damit ist gemeint, dass Pferde, die bereits ausgebildet sind, ihren Reitern vieles zeigen und lernen können. Sollte man ein unerfahrener Reiter sein, ist es wichtig, auf einem erfahrenen Pferd zu beginnen. Wenn man viel Erfahrung als Reiter und Pferdemensch hat, kann man auch unerfahrenen Pferden und Reitern etwas beibringen (vgl. PARELLI 1995, S. 17).

8) Zweck und Zeit sind die Werkzeuge des Lehrens

Die Grundsätze sollen Pferd und Pferdemensch beherrschen, dann kann ihnen ein Ziel gegeben werden und mit Zeit geübt werden. So schließt sich der Kreis. So ist es zum Beispiel in der pferdegestützten Intervention wichtig, dass Pferde beim Aufsteigen stillstehen und sich auch

durch unerfahrene ReiterInnen oder KlientInnen mit schnellen Bewegungen nicht sofort aus der Ruhe bringen lassen. Dies muss geübt werden.

Pat Parelli hat neben den Prinzipien und seiner Philosophie Trainingsmethoden und Übungen entwickelt, mit denen man gezielt mit den Pferden Zeit verbringt und mit ihnen zusammenarbeitet. Am bekanntesten sind seine 7 Spiele. Dies sind Übungen, die man vom Boden aus mit dem Pferd absolvieren kann. Sie beruhen auf den „Spielen“, die Pferde untereinander in der Herde spielen und welche den Aufbau von Vertrauen und Akzeptanz, sowie die Kommunikation zwischen Mensch und Pferd verbessern (vgl. PARELLI 1995 S. 54).

9.2. Linda Tellington – Jones und die Tellington TTouch Methode

Linda Tellington- Jones wuchs in Kanada auf und begann schon mit 13 Jahren Reitunterricht zu geben. Sie leitete die Pacific Coast School of Horsemanship in Kalifornien, ein Internat, an dem ReitlehrerInnen ausgebildet wurden. Sie war Distanzreiterin, Dressurreiterin und Vielseitigkeitsreiterin und bildet auf fünf Kontinenten ReiterInnen und Pferde aus. Vor 30 Jahren schuf Linda Tellington- Jones mit der Tellington Methode eine Ausbildungs- und Therapieform für Pferde, die den gegenseitigen Respekt von Pferd und ReiterIn vertieft und die Bindung zwischen Mensch und Pferd verstärkt. Linda stellt ihre Methode auf Konferenzen, Universitäten, Pferdemessen, olympischen Ausbildungsstätten, Vereinigungen für ReitlehrerInnen, Zoos und in Konferenzen vor und hat insgesamt 15 Bücher über TTouch und die Tellington Methode geschrieben, die in zwölf Sprachen erschienen sind. 1994 wurde sie von der Reiterlichen Vereinigung Nordamerikas zur „Horsewoman of the year“ gewählt. Zurzeit arbeiten über 1300 ausgebildete TTouch Practitioner für Pferde, Kleintiere und Menschen in 26 Ländern und auf sechs Kontinenten (vgl. TELLINGTON-JONES 2018, S.327).

Das Tellington TTouch Training ist eine von Linda Tellington- Jones entwickelte, sanfte Trainingsmethode für Pferde. Sie dient dazu das Vertrauen eines Pferdes zum Menschen aufzubauen, die Selbstheilungskräfte der Pferde zu entwickeln und ihre Intelligenz und Lernbereitschaft zu steigern. Tellington TTouch Training besteht aus drei Komponenten: den TTouches, Bodenarbeitsübungen im Lernparcours und Arbeit unter dem Sattel (vgl. TELLINGTON-JONES 2014, S,4). Im Folgenden soll näher auf die Methode der Tellington TTouches sowie auf die Philosophie der Methode von Linda Tellington Jones eingegangen werden.

Die Tellington TTouches ist eine Form der Körperarbeit und besteht aus kreisförmigen, hebenden und gleitenden Bewegungen, die mit den Händen ausgeführt werden. Anders als bei

einer Massage werden die TTouches auf dem Pferdekörper sanfter ausgeführt, meist in kreisförmigen Bewegungen und dienen dazu, die Zellkommunikation anzuregen. Die Lockerung der Muskulatur ist ein Nebeneffekt. Durch Studien der Neurologin Anna Wise vom Biofeedbackinstitut in Boulder Colorado und Biophysiker Maxwell Cade konnte herausgefunden werden, dass die eineinviertel Kreisbewegungen der TTouches beim Menschen Gehirnwellenmuster messbar machen, wie sie beim Menschen in einem idealen Lernzustand auftreten. Dieser Zustand wird als „awakened mind state" bezeichnet und kann mit erwachtem Bewusstsein übersetzt werden. Es wurde nachgewiesen, dass in diesem Zustand alle vier Gehirnwellen- Beta, Alpha, Theta und Delta auf eine ideale Weise aktiviert werden (vgl. TELLINGTON-JONES 2014, S.6).

Studien russischer TierärztInnen am Bitca Olympia Center in Moskau ergaben, dass durch TTouches Stresshormone bei Sportpferden reduziert werden konnten. TTouches fördern auch die Intelligenz von Pferden, wenn Intelligenz verstanden wird als die Fähigkeit sich neuen Situationen gut anpassen zu können. Dies geschieht dadurch, dass die Körperzellen an der berührten Stelle durch die sanften TTouch Bewegungen angeregt werden und die Nervenzellen gefördert werden untereinander zu kommunizieren (vgl. TELLINGTON-JONES 2014, S.6).

Zu der Tellington TTouch Trainingsmethode gehört eine Philosophie und ganz bestimmte Werte:

„Wir achten jedes Tier und sehen es als Lehrer für uns und unser Leben. Wir setzten uns für Harmonie, Vertrauen und Zusammenarbeit ein, zwischen Mensch und Tier sowie zwischen Menschen untereinander. Wir respektieren und wertschätzen die eigene Persönlichkeit jedes Tieres und jedes Menschen, sowie ihre individuelle Art und Weise zu lernen und sich zu entwickeln. Unsere Zusammenarbeit gründet nicht auf Macht und Beherrschung, sondern auf Verständnis und Vertrauen." (TELLINGTON-JONES 2014, S. 5).

Die 9 Elemente der TTouches (vgl. TELLINGTON-JONES, S.9ff):

1) <u>Der TTouch Kreis.</u> Die kreisenden Bewegungen werden mit der Hand in Form von eineinviertel Kreisen auf dem Körper des Pferdes ausgeführt. Das heißt man formt einen Kreis wie bei einer Uhr und stoppt nicht ab, wenn der Kreis fertig ist, sondern geht ein Viertel weiter z.B.: Von Uhrzeit 6 bis Uhrzeit 9 (Eineinviertel) und danach zu einer anderen Stelle. Dabei wird nicht nur über das Fell geglitten, sondern die Haut verschoben.

2) Druckstärken. Auf einer Skala von 1-10 sollte der Druck der TTouches bei Pferden meist zwischen 2 und 4 liegen, wobei 1 bedeuten würde man spürt nur die Haut und nicht die Muskeln und die Knochen und bei 3 spürt man die Knochen auf angenehme Art. Die meisten TTouches werden mit ganz leichter Druckstärke (2-4) ausgeführt, da die Zellen, nicht die Muskeln angeregt werden sollen. Die Druckstärke 10 wird nur bei wenigen TTouches und nur bei stark bemuskelten Stellen verwendet.

3) Tempo. Das Tempo kann zwischen den verschiedenen TTouches variieren, meist ist es zwischen 1 Sekunde und zwei Sekunden pro Kreis. Beim Ziel, das Pferd zu beruhigen oder den Fokus zu stärken, werden 2 Sekunden Kreise verwendet, geht es darum das Pferd zu aktivieren, verwendet man 1 Sekunden Kreise.

4) Achtsame Pause. Bei einigen TTouches ist eine achtsame Pause vorgesehen, die nach jedem Kreis durch einen weiteren stillen Kontakt mit der Hand am Pferd durchgeführt wird. Diese Pause hilft, eine wichtige Verbindung zum Pferd auf Zellebene herzustellen.

5) Verbindungen. Bei anderen TTouches oder größeren Körperbereichen wird keine Pause eingelegt, es geht darum die Kreisbewegungen flüssig auf dem Pferdekörper zu verbinden.

6) Körperhaltung. Bei der Körperhaltung des Menschen ist es wichtig entspannt zu stehen, die Knie angewinkelt zu haben und das Gewicht eher auf den Fußballen als auf den Fersen. TTouches entspannen nicht nur das Pferd sondern laut den Studien der Neurologin Anna Wise auch den/die BehandlerIn, da die gleichen Gehirnwellen beim BehandlerIn entstehen.

7) Achtsames Atmen. Es ist wichtig ruhig und gleichmäßig ein- und auszuatmen und nicht die Luft anzuhalten.

8) Absicht. Das Ziel der Tellington TTouch Methode besteht darin, ein positives Bild vom Pferd im Kopf zu bilden. Es geht darum an positiven Zielen zu arbeiten.

9) Feedback: Während die TTouches ausgeführt werden, wird das Pferd und seine körpersprachlichen Signale ganz genau beobachtet. So wird TTouch als Kommunikation zwischen den Arten gesehen. Die Menschen beobachten die Reaktionen der Pferde genau und versuchen daraus zu schließen wie sich das Pferd fühlt. So sollen auch kleine Veränderungen, wie zum Beispiel Entspannung, geschlossene Augen, Atmung des Pferdes oder auch eine Gewichtsverlagerung, ein

Schlagen mit dem Schweif oder eine Anspannung der Nüstern sofort erkannt werden. So lernen die Menschen den Pferden zuzuhören.

Linda Tellington- Jones beschreibt viele TTouches und gibt ihnen Namen wie Tiger-TTouch oder Noahs Marsch, damit man sich besser darüber verständigen kann. Bei Noahs Marsch wird zum Beispiel mit der flachen Hand das Pferd in eine Richtung auf dem gesamten Pferdekörper abgestrichen. Beim Tiger- TTouch wird die Hand wie eine Tigertatze mit gespreizten Fingern auf eine Körperstelle gelegt. Der Daumen ist in stetigem Kontakt auf dem Pferdekörper während die Finger separat und gleichzeitig eineinviertel-kreisende Bewegungen ausführen (vgl. TELLINGTON- JONES 2014, S. 20 ff).

9.3. Monty Roberts und die JOIN-UP Methode

Monty Roberts wurde 1935 in Kalifornien geboren und beschäftigt sich seit seiner Kindheit mit Pferden. Monty Roberts entwickelte eine sanfte Methode im Umgang mit den Pferden, die die Pferdesprache berücksichtigt. Diese Sprache nennt er „Equus“ und beschreibt Grundprinzipien des Natural Horsemanship. 1989 wurde er von der englischen Königin Elisabeth II eingeladen, um dort seine Methode vorzustellen und auf diese Weise mit den Pferden des Königshauses zu arbeiten. Er beobachtete domestizierte und wildlebende Pferde und arbeitete mit wilden Mustangs. Seine Lektionen zur Methode des JOIN-UP wurden international bekannt und sehr berühmt. Gemeinsam mit seiner Frau Pat Roberts schrieb er einige Bücher, die als internationale Bestseller verkauft wurden (vgl. ROBERTS 2002, S. 2).

„Ein guter Pferdeausbilder kann ein Pferd dazu bringen zu tun, was er von ihm verlangt. Ein großer Ausbilder kann ein Pferd dazu bringen, es gern zu tun.“ Monty Roberts

Der Kern des Trainingskonzeptes von Monty Roberts ist die Wahlmöglichkeit. Pferd und Mensch sollten die Freiheit haben zu wählen. Eine partnerschaftliche Haltung und Harmonie in der Zusammenarbeit erhöhen die Erfolgschancen (vgl. ROBERTS 2002, S.9). Die Zusammenarbeit basiert auf Kommunikation, um sich klar verständigen zu können, muss der Mensch die Pferdesprache lernen (vgl. ROBERTS 2002, S. 13).

Monty Roberts Kernsätze (ROBERTS 2002, S.17):

- Der Mensch ist von Natur aus ein Raubtier mit einem angeboren Kampfinstinkt
- Das Pferd ist ein Fluchttier, seine Verteidigung besteht in erster Linie aus Flucht

- Das Kommunikationssystem des Pferdes kommt im Wesentlichen ohne Laute aus
- Die Belohnung des Pferdes besteht darin, dass es sich mit dem Raubtier verständigen kann und es dazu bewegen kann, sich nicht wie ein Raubtier zu benehmen
- Eine weitere Belohnung ist für das Pferd ein Leben, in dem ihm keine Gewalt droht
- In einer kooperativen Umgebung entwickelt sich das Pferd positiv

Die JOIN-UP Methode ist ein Weg den zwei Arten gemeinsam gehen, auf der Suche nach Gemeinsamkeit, Freundschaft und Überleben. Hauptsächlich soll das Pferd lernen, dass Verständigung möglich ist und der Mensch lernt in der Pferdesprache zu kommunizieren (vgl. ROBERTS 2002 S, 66).

„Mein Respekt vor dem Pferd steigt mit jedem einzelnen Tier, mit dem ich arbeite. Ihre Fähigkeit, sich mit unseren Unzulänglichkeiten zu arrangieren verblüfft mich immer wieder. Ich fühle mich ganz klein angesichts der Fähigkeit des Pferdes, immer wieder auf unser Verhalten zu reagieren und darauf zu warten, dass wir endlich das Richtige tun. Immer wieder erlebe ich, wie Pferde diese ersten Schritte auf mich zu machen. Es sind die Schritte zu einem besseren Pferdeleben, einem besseren Verständnis der Menschen.“ (ROBERTS 2002, S67).

Monty Roberts versteht unter der JOIN-UP Methode die Gesamtheit der Strategien, derer er sich im gewaltfreien Umgang mit Pferden bedient. Im engeren Sinne ist es der magische Moment, indem das Pferd beschließt freiwillig zum Menschen zu kommen und den Kopf nach der Schulter ausstreckt.

„JOIN-UP ist ein Prozess, der auf Verständigung einer gemeinsamen Sprache beruht mit dem Ziel, eine Bindung auf der Basis von Vertrauen zu schaffen.“ Monty Roberts

JOIN-UP findet ohne Gewalt statt und gelingt, wenn beide Parteien freiwillig daran teilnehmen. Als Mensch muss man beim JOIN-UP eintreten in die Pferdewelt und in ihrer Sprache kommunizieren. JOIN-UP ist ehrlich, es gibt kein „So tun als ob“. JOIN-UP ist ein Werkzeug, mit dem man mit Pferden eine Bindung aufbauen kann. Der Schlüssel ist, Vertrauen aufzubauen. Beim JOIN-UP darf Gewalt KEINERLEI Rolle spielen (vgl. ROBERTS 2002, 68).

Beim JOIN-UP gibt es zwei wichtige Regeln:

- Zeit darf keine Bedeutung haben. Wir sollten das Gefühl haben, dass wir unbegrenzt Zeit zur Verfügung haben. Mit dieser Einstellung erzielen wir ein Maximum an Ergebnis in einem Minimum an Zeit.

- Der Ausbildner wartet bis das Pferd etwas richtig macht, um es dann zu belohnen, nicht bis das Pferd etwas falsch macht um es dann zu bestrafen.

Beim JOIN-UP wird das Pferd in einem Round Pen laufen gelassen und dann kann mit der Verständigung begonnen werden. Man geht in Richtung Hinterhand und stellt sich parallel in Höhe der Flanke auf. Man schaut dem Pferd dabei nicht in die Augen (vgl. ROBERTS 2002, S. 74). Danach wird die Körperspannung erhöht, man richtet sich auf und schaut dem Pferd in die Augen und streckt eine Hand in Richtung Hinterhand. Das Pferd flieht und man versucht zu vermitteln, dass man absolut einverstanden ist mit der Entscheidung des Pferdes zu fliehen. Niemals soll Gewalt ins Spiel kommen, das Pferd wird nicht berührt. Nur Blicke und Körperspannung werden angewandt, das Pferd wird nicht getrieben, nur weggeschickt. Man verwendet dabei die gleiche Körperhaltung wie die Alpha Stute einer Herde, die die jungen Pferde zur Ordnung rufen will. Danach ändert man die Richtung, sodass das Pferd in die andere Richtung weggeschickt wird. Dafür geht man vor die Schulter und somit vor den Balancepunkt. Das Pferd wird die Richtung ändern. Nach einer Zeit kann die Spannung aus dem Körper genommen werden und die Pferde werden langsamer. Hält man die Hand erhoben, oder einen Finger bedeutet es dem Pferd es soll stehen bleiben (vgl. ROBERTS 2002, S.75).

Es gibt vier Gesten, die als Ziel angestrebt werden sollen. Die erste Geste ist, wenn das Pferd das dem Menschen zugewandte Ohr so dreht, dass man von der Mitte aus die Ohrmuschel sehen kann. Das andere Ohr bewegt sich vor und zurück um die anderen Geräusche der Umgebung zu beachten, das zum Menschen gerichtete Ohr zeigt an, dass dieser für das Pferd wichtig geworden ist und er ein Teil der Aufmerksamkeit bekommen hat. Die zweite Geste ist, dass das Pferd den Zirkel etwas verkleinert und sich der Hals leicht nach innen dreht und den Menschen intensiver anblickt. Der Hals wird entspannter, das bedeutet, dass das Pferd aufhören möchte wegzulaufen und zu einer für beide Teile vorteilhaften Vereinbarung kommen. Die dritte Geste wäre Lecken und Kauen der Pferde. Damit vermittelt das Pferd, dass es ein Pflanzenfresser ist und derzeit fressen möchte. Wenn es frisst kann es keine Angst haben. Die vierte Geste ist, wenn Pferde den Kopf weit auf den Boden senken und den Körper entspannen um damit zu sagen, dass sie bereit sind zu kommunizieren und dass der Mensch die Verhandlung leitet. Monty

Roberts beschreibt, dass er es nicht für eine Geste der Unterwerfung sieht, sondern eine Geste, die den Wunsch nach Partnerschaft ausdrückt (vgl. ROBERTS 2002, S. 77).

Nach den vier Gesten wird beim JOIN-UP der Blick des Menschen etwas nach unten gerichtet und man tritt ein wenig vor den Balancepunkt des Pferdes. Das bringt das Pferd meist dazu stehenzubleiben und nach innen zu sehen. Nun ist der Zeitpunkt für den Menschen eine passive Haltung einzunehmen, den Körper und die Schultern zu entspannen, die Augen zu senken und dann geht man in einem 45 Grad Winkel vom Pferd ein paar Schritte weg und wendet die Seite, den Rücken dem Pferd zu, der Blick ist vom Pferd weg. Das Ziel ist, das Pferd durch Kommunikation dazu zu bringen, beim Menschen sein zu wollen. Der Mensch steht und wartet, das Pferd kommt nun ganz nahe an den Menschen heran und berührt meist mit der Nase die Schulter des Menschen. Das ist der Moment des JOIN-UP (vgl. ROBERTS 2002 78).

Wenn das Pferd zum Menschen kommt, sollte man weiterhin in entspannter Körperhaltung bleiben und langsam losgehen, dabei in eine Richtung gehen, die nicht auf das Pferd zu ist. Das Pferd wird dem Menschen dorthin folgen. Durch die Körpersprache bedeutet der Mensch, dass bei ihm ein Ort ist, wo das Pferd sicher ist. Danach sollte ausgiebig gestreichelt und das Pferd dadurch belohnt werden (vgl. ROBERTS 2002, S. 79). Wenn das Pferd dem Menschen folgt nennt man das FOLLOW Up.

Die Methode des JOIN-UP von Monty Roberts legt den Grundstein für weitere Übungen in der Freiarbeit und des Natural Horsemanship, sodass Mensch und Pferd eine gute Bindung und Partnerschaft aufbauen.

Die Gemeinsamkeiten der Werte und Methoden von Linda Tellington Jones, Pat Parelli und Monty Roberts sind ein respektvoller, gewaltfreier Umgang und die Akzeptanz, dass das Pferd ein Partner ist, mit dem man als Mensch eine Bindung eingeht. Der Mensch soll ausgebildet werden die Sprache der Pferde zu lernen. Sehr wichtig, bei allen Methoden ist es, achtsam zu sein auf die Signale der Pferde, die sie uns als Antwort und als Reaktion geben. Das höchste Ziel ist das Wohlbefinden der Pferde und ihre Bedürfnisse zu achten. Diese Werte sind der Grundstein im Umgang mit Pferden und Menschen sowie in der tiergestützten Intervention mit Pferden.

Im Folgenden wird ein Projekt beschrieben, welches auf den Grundlagen des respektvollen Umgangs mit Pferden aufbaut und mit pädagogischen Methoden sowie Methoden der Sozialen Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen mit Migrationserfahrung arbeitet. Die Erlebnisse und Erfolge in diesem Projekt sind beeindruckend und eine Bereicherung für Menschen und Tiere.

10. Projekt: *peppa goes Steiermark- Tiererlebnistage

10.1. Zur Person

Ich heiße Martina Laimer und bin Sozialarbeiterin. Von 2011 bis 2015 habe ich die Fachschule FH Campus Wien für Soziale Arbeit absolviert.

Danach arbeitete ich bei der Volkshilfe Wien in einem Notquartier für geflüchtete Menschen wo in Wien ankommende Menschen mit Hygieneartikel und Kleidung versorgt wurden und ihnen ein Bett für die nächsten Nächte bereitstellt wurde, bevor sie in eine Unterbringungseinrichtung übermittelt wurden.

Ich arbeitete danach in einer Wohngemeinschaft für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge in Wien und betreute 15 jugendliche Burschen zwischen 14 und 18 Jahren. Als Betreuerinnen hatten wir die Pflege und Erziehung dieser Jugendlichen inne und unterstützten sie durch Beratung und Freizeitangebote.

Seit vier Jahren bin ich im Mädchenzentrum *peppa tätig und darf hier Mädchen und junge Frauen mit und ohne Fluchtgeschichte oder Migrationserfahrung unterstützen. Ich bin sehr froh über die Möglichkeit feministisch zu arbeiten, um mit den Mädchen und junge Frauen ihre Chancengleichheit und Selbstbestimmung zu fördern.

Durch meine Ausbildung zur Tiergestützten Fachkraft und meine Leidenschaft im Umgang mit Pferden durfte ich durch Praktika am *Schottenhof – Zentrum für Tiergestützte Pädagogik* in Wien und beim Verein *E.Motion- Lichtblickhof Therapiezentrum und Kinderhospiz* Erfahrungen im Umgang mit Pferden in der Therapie und Pädagogik machen. Weiters lernte ich bei der Exkursion an einem Lehrgangswochenende Ursula Köstl vom *Antoniushof-Landeskompetenzzentrum Mensch Tier Beziehung* kennen und war begeistert von ihrer Arbeit und den Tieren und der Natur in Seggauberg in der Steiermark. Nach dem Wunsch der Mädchen des *peppa Mädchenzentrums sich mit Tieren zu beschäftigen und einmal zu reiten, entstand die Idee des Projektes der Tiererlebnistage mit dem Schwerpunkt Pferd bei Frau Köstl am Antoniushof. Nun wurden Ziele ausgearbeitet und das Projekt geplant. Die Durchführung des

Projekts im Oktober 2021 brachte wunderschöne, beeindruckende und bereichernde Erlebnisse für alle beteiligten Personen im Einklang mit der Natur und den Tieren.

10.2. Einrichtung

Mädchenzentrum *peppa

Das Mädchenzentrum *peppa ist eine Institution der Caritas Wien und bietet ein niederschwelliges Beratungs-, Bildungs-, Freizeit- und Informationsangebot für Mädchen und junge Frauen zwischen 10 und 20 Jahren. Im Setting der offenen Kinder- und Jugendarbeit unterstützt das Mädchenzentrum *peppa Mädchen und junge Frauen mit und ohne Migrations- bzw. Fluchtgeschichte bei ihrer gesellschaftlichen Teilhabe.

Ziel des *peppas ist es, Ungleichheiten und insbesondere die Benachteiligungen von Frauen abzubauen und die Chancengleichheit sowie die Selbstbestimmungen der jungen Frauen und Mädchen zu fördern.

Das Mädchenzentrum *peppa verfügt über Aufenthaltsräume, einen Lernhilfe-Raum mit Computern, einen Workshop-Raum mit Bibliothek, einen Beratungsraum, eine Küche und Platz zum Spielen und Chillen. Es wird gemeinsam gekocht, geredet und gelacht.

Pädagoginnen und Sozialarbeiterinnen betreuen die Mädchen durch ein umfangreiches Angebot. So können die Mädchen Einzelberatung zu verschiedenen Themen, wie zum Beispiel Schulbildung und Berufsorientierung, Liebeskummer, Krisen und Gewalt, Erlebnisse im Krieg und auf der Flucht, sowie über psychische Erkrankungen in Anspruch nehmen, dies kann ganz niederschwellig ohne Termin während des Mädchenzentrumsbetrieb stattfinden. Die Pädagoginnen und Sozialarbeiterinnen begegnen den Mädchen auf Augenhöhe, hören ihnen zu und unterstützen sie durch Begleitung zu Terminen und Ämtern und Weitervermittlung zu Therapie und anderen Förderangeboten. Durch den Vertrauensaufbau im Mädchenzentrum können sich die Mädchen öffnen und ihre Geschichte erzählen und wenn nötig um Unterstützung bitten.

Im Mädchenzentrum *peppa gibt es auch viele Workshops, an denen die Mädchen teilnehmen können. So zum Beispiel Selbstverteidigung, Kunstworkshop, Digital Storytelling, Umgang mit Gefühlen, Information zu verschiedenen Berufen, Workshops zum Thema Gewaltprävention

und Rassismus, zu den Themen Kommunikation und Vorurteile, zum Thema Gesundheit und erste Menstruation und Geschlechtsverkehr, psychische Gesundheit und Achtsamkeit….

Außerdem finden jedes Monat Ausflüge und Erlebnistage statt, um mit den Mädchen auch außerhalb vom *peppa durch neue Erfahrungen zu wachsen. So gibt es Eislaufen, Wanderungen, Besuch im Museum, Fotografieworkshop, Schwimmen, Prater, und vieles mehr. Durch diese neuen Erfahrungen werden Kompetenzen und Fähigkeiten gefördert und die Selbstwirksamkeit wird gestärkt, da man Neues kennen lernt und Situationen erfolgreich meistert. Der Erfahrungsraum der Mädchen wird erweitert und sie werden selbstbewusster und lernen diese neuen Handlungsweisen in Zukunft auch in anderen Situationen anwenden zu können.

Finanziert wird das Mädchenzentrum *peppa zum Teil über die Caritas Wien, über Spenden der Bevölkerung und Förderungen aus dem Asyl-, Migrations-, und Integrationsfond der Europäischen Union. Alle Angebote des Mädchenzentrums *peppa sind für die Besucherinnen kostenlos.

Das Mädchenzentrum *peppa hat Montag bis Freitag nachmittags geöffnet und bietet einen Raum für Mädchen, den sie selbst mitgestalten können. Es kommen pro Jahr ca. 400 verschiedene Mädchen ins *peppa, pro Tag ca. 30. Viele Mädchen kennen sich untereinander gut, da sie sich immer wieder im *peppa treffen um sich auszutauschen, zu lernen oder an Workshops teilzunehmen.

„Für mich ist *peppa Freiheit“ *Anwar*

„*peppa ist für mich wie ein zweites zu Hause“ *Hanan*

„*peppa bedeutet für mich Gemeinschaft und Respekt. Und Betreuerinnen, die für uns da sind“ *Meltem*

Im *peppa werden Mädchen und junge Frauen auf ihrem Weg zu einem selbstbestimmten Leben begleitet.

10.3. Kurzbeschreibung des Projektes

Das Ziel des Projektes ist es, die Selbstwirksamkeit und die Ressourcen der Mädchen und jungen Frauen zu stärken und ihnen durch die Erlebnisse mit Tieren und auf dem Hof neue Erfahrungen zu ermöglichen. Gemeinsam mit Ursula Köstl vom Landeskompetenzzentrum Mensch Tier Beziehung vom Antoniushof wurden zwei erlebnispädagogische Tage geplant und im Oktober 2021 durchgeführt. Die Mädchen sollen die Möglichkeit haben die verschiedenen Tierarten vom Hof kennenzulernen: Pferde, Schafe, Ziegen, Kaninchen und Lamas und einen Einblick in Umgang, Fütterung und Lebenswelt der Tiere bekommen. Dabei wird ein Schwerpunkt auf die Pferdeeinheiten gelegt. Durch den Umgang mit den Tieren und die Erlebnisse mit den Tieren werden neue Kompetenzen erlernt, Fähigkeiten vertieft und Ressourcen gestärkt.

10.4. Zielgruppe

Die Mädchen und jungen Frauen, die regelmäßig ins *peppa kommen sind zwischen 10 und 20 Jahren alt. Viele Mädchen wünschten sich, einmal zu reiten und mit Tieren in Kontakt zu kommen. Einige der Mädchen kommen aus Familien, die nicht die finanziellen Mittel haben um Urlaub zu machen und eine Auszeit aus dem Alltag zu erlangen. Einige der Mädchen haben eine Fluchtgeschichte und bei manchen wurde eine posttraumatische Belastungsstörung diagnostiziert. Viele der Mädchen aus Syrien und Afghanistan haben wenig Zugang zum Umgang mit Tieren gehabt und sind durch den Krieg traumatisiert. Ihr neues Leben in Österreich stellt sie vor viele neue Herausforderungen und ist nicht immer leicht. Die erlebnispädagogischen Tage sollen ihnen eine schöne Zeit ermöglichen und neben Spaß auch neue Erkenntnisse bringen. Sie erwerben neue Kompetenzen, neues Wissen, werden gestärkt und lernen sich in der Gruppe besser kennen.

10.5. Ausgangssituation

Viele Mädchen, welche ins *peppa Mädchenzentrum kommen haben wenig Möglichkeiten einen Ausflug in die Natur zu machen, bzw. Zeit mit Pferden und anderen Tieren zu verbringen. Das mag vielleicht einerseits an der finanziellen Situation der Familien liegen, viele können sich einen Urlaub in die Natur nicht leisten. Andererseits berichten viele Mädchen, dass sie ihren Pflichten in der Familie nachgehen, das bedeutet, dass sie neben ihrer Ausbildung des Öfteren auf kleinere Geschwister aufpassen müssen oder mit ihren Eltern Termine wahrnehmen, da diese nicht so gut Deutsch können, wie ihre Kinder, und sie ihnen deshalb beim Übersetzten helfen müssen. Andere Mädchen sind durch die Flucht und den Krieg traumatisiert. Einige nehmen Therapie und Krisenintervention in Anspruch. Für sie ist ein

Ausflug in die Natur und Spaß und Erholung auch sehr wichtig. Andere Mädchen haben wenig Möglichkeiten raus zu gehen, da ihre Stellung als Frau in ihrer Familie es nicht erlaubt, dass sie ohne die Familie irgendwo hingehen. Für sie bietet ein begleiteter Ausflug mit dem Mädchenzentrum *peppa die Möglichkeit Zeit ohne Eltern mit Gleichaltrigen zu verbringen. Es kann vorkommen, dass Mädchen, die ins Mädchenzentrum kommen, von häuslicher Gewalt betroffen sind. So ist es wichtig, die Mädchen zu stärken, damit sie ihre Ressourcen nutzen können um ein gewaltfreies und selbständiges Leben zu führen. Einige Mädchen fühlen sich überfordert in der Schule, da sie die deutsche Sprache erst erlernen müssen und alle Fächer in Deutsch unterrichtet werden. Sie fühlen sich unter Druck gesetzt, in kurzer Zeit ihre vielleicht durch den Krieg versäumte Ausbildungszeit nachzuholen, um einen guten Beruf zu erlangen.

Die Mädchen und jungen Frauen sind stark, sie haben so vieles erlebt und leben unter sehr schwierigen Umständen. Sie haben Ziele, Ideen, Kompetenzen und Fröhlichkeit. Das Ziel der erlebnispädagogischen Tiererlebnistage ist es, in einen anderen Kontext zu kommen und etwas über sich selbst zu entdecken. Tiere berühren die Seele und dadurch ergeben sich viele Möglichkeiten und Ziele für dieses besonderen Tage.

10.6. Ziele

Spaß

Ein Ziel ist Spaß für die Mädchen und jungen Frauen in der Gruppe, Zeit mit ihren besten Freundinnen ohne die Familie zu verbringen, eine Übernachtung am Antoniushof direkt über den Pferden, gemeinsam lachen, die Herbstsonne und die Natur genießen. Spaß bedeutet auch zu lachen und die Sorgen zu vergessen.

Tiere als Eisbrecher

Das Ziel ist es, dass sich die Mädchen durch die gemeinsamen Erlebnisse mit den Tieren öffnen und miteinander sprechen oder auch mit den Betreuerinnen sprechen. Sie können das Angebot leichter annehmen, als in einem Beratungszimmer, durch Tiere und Zeit in der Natur ergeben sich oft Gespräche und die Mädchen erzählen von ihren tiefsten Wünschen oder traurigsten Gedanken weil es keine Beratung oder Therapietermin ist.

Wertfreie Begegnung durch nicht evaluative Eigenschaft von Tieren

Tiere bewerten nicht nach menschlichen Werten und Normen, ihnen ist es egal aus welchem Land jemand kommt, welche Sprache jemand spricht oder ob eine Person ein Kopftuch trägt,

dünn oder dick ist und welche Augenfarbe eine Person hat. Diese Eigenschaften sollen bei den Mädchen und Frauen ein Gefühl des Angenommenseins vermitteln, somit entsteht ein Wohlbefinden und eine Reduktion des Anpassungsdrucks oder Gefühl der Diskriminierung durch andere.

Nonverbale Kommunikation

Durch die nonverbale Kommunikation mit den Pferden und anderen Tieren ist ein Ziel, dass die Mädchen sich selbst spüren, dass sie ihren Körper bewusst wahrnehmen und einsetzen können. So ist es zum Beispiel wichtig, den Körper groß zu machen und durch Körperspannung dem Pferd zu zeigen, dass es zu nahe am Menschen steht und rückwärts gehen soll. Dies kann zum Beispiel wichtig sein, wenn es um „NEIN“ Sagen oder in weiterer Folge auch um Selbstverteidigung der Mädchen geht. Dadurch wird das Verständnis für Ursache und Wirkung des eigenen Verhaltens gefördert.

Nähe und Körperkontakt

Durch die Tiere haben die Mädchen und jungen Frauen die Möglichkeit körperliche Nähe zu genießen, diese physischen Kontakte mit den Tieren sind „ungefährlich“ und möglich und haben keine gesellschaftlichen Konnotationen von Berührungen. So können die Mädchen mit den Pferden und Hunden schmusen, sie streicheln und sie umarmen, was vielleicht mit anderen Menschen oder den Betreuerinnen nicht möglich ist.

Körperliche Nähe, Zuwendung und Wärme tut sehr gut und löst auch physiologische Reaktionen aus, wodurch die Stimmung gehoben wird, zum Beispiel durch die Ausschüttung von Oxytocin (vgl. HEDIGER 2020, S.132).

Handlungsorientierung

Durch die alltagsnahen Tätigkeiten mit den Tieren in der Natur wird die Handlungsorientierung gefördert. So wird nicht nur erklärt, sondern die Mädchen kommen ins Tun. So richten sie zum Beispiel das Futter der Pferde, spüren das Heu, schneiden das Obst, riechen, spüren und bewegen sich, tun etwas an der frischen Luft. Das kann Stall ausmisten sein oder das Führen der Pferde und vieles mehr. Diese Handlungsorientierung fördert die Achtsamkeit im Hier und Jetzt zu sein und sich gut zu fühlen. Die Jugendlichen machen konkrete, alltagsnahe und transfertaugliche Erfahrungen.

Wissensvermittlung

Die Mädchen und jungen Frauen sollen Wissen über die verschiedenen Tierarten bekommen. Infos über die Fütterung und das Verhalten und die Bedürfnisse der Tiere. Sie sollen lernen, wie

Pferde kommunizieren, wie die Verhaltensweisen in der Herde sind und wie sie miteinander und mit den Menschen umgehen. Die Mädchen lernen auch Wissenswertes über die Natur und über die Materialien, die auf dem Hof verwendet werden.

Ressourcenorientierung

Die Ressourcen der Mädchen sind im Fokus. Es wird darauf geachtet was sie gut können, was sie gerne machen und die Mädchen spüren selbst, was ihre Ressourcen sind und wie sie sie einsetzten und erweitern können.

Lebendigkeit und konstante Impulse durch das Tier

Ziel ist es, die Mädchen und jungen Frauen ins Hier und Jetzt zu holen, dass sie ihr Handy weglegen, da es im Kontakt mit den Tieren nicht benötigt wird und nur ablenken würde. Dass die Mädchen nicht die nächste Schularbeit planen oder sich um ihre Familie sorgen, da sie ihre gesamten kognitiven Fähigkeiten für den Kontakt mit dem Tier haben können und so den Moment genießen können.

Atemfrequenz und Herzfrequenz

Ziel ist es, durch die Ruhe der Pferde auch den Mädchen zu zeigen, was Entspannung ist und wie diese erhalten werden muss und kann. So ist es zum Beispiel wichtig, bei den Pferden keine hektischen Bewegungen zu machen oder zu schreien. Gleichzeitig können Pferde beruhigend wirken, wenn starke Gefühle wie Angst, Wut oder Trauer bei Jugendlichen hochkommen.

Motorische Fähigkeiten

Durch die Möglichkeiten, die Stall, Natur und Tiere bieten, werden die motorischen Fähigkeiten gestärkt. So muss im Wald über Wurzeln und unebenen Untergrund gegangen werden und beim Striegeln der Pferde mit beiden Händen können motorische Fähigkeiten geübt werden. So werden beim Reiten Muskeln aktiviert, die man beim Sitzen oder Gehen nicht benötigt oder trainiert.

Physische Größe der Pferde

Durch die Größe der Pferde werden die Mädchen wenn sie reiten, das Gefühl von Stolz und Respekt erhalten, da sie eine erhöhte Position innehaben. Auch das Gefühl getragen zu werden kann eine ganz besondere Wirkung auf eine Person haben. Hier haben die Mädchen, die sich sonst oft um ihre ganze Familie und ihre jüngeren Geschwister kümmern, einkaufen, kochen und den Haushalt erledigen, die Möglichkeit einmal loslassen und „die Zügel aus der Hand

geben“. Die Pferde tragen sie und die Mädchen können Verantwortung abgeben. Die schafft ein Gefühl des Vertrauens und der Geborgenheit.

Einflussnehmen und Selbstwirksamkeit

Dadurch, dass die Mädchen sich um die Tiere kümmern, die Pferde füttern, sie führen und sie striegeln, erleben sie Selbstwirksamkeit. Sie können etwas bewirken, ihr Handeln hat Einfluss auf andere und auf die Umwelt. Das Ziel ist es, dass die Mädchen erleben, dass sie stark sind, mutig sind und etwas bewirken können. So zum Beispiel beim Führen eines Pferdes, welches eine halbe Tonne schwer ist und dem Mädchen auf Schritt und Tritt folgt. Über die Handlungen kann Kontrolle ausgeübt werden auf die Situation und die Umwelt. Dies ist eine wichtige Erfahrung für Jugendliche und junge Erwachsene auf ihrem Weg zu einem selbstbestimmten Leben.

10.7. Zeitplan

Das Projekt wurde im Sommer 2021 geplant und vorbereitet. Die erlebnispädagogischen Tage mit dem Schwerpunkt auf die Pferde im Kontext der Sozialen Arbeit fanden im Oktober 2021 in Seggauberg am Antoniushof- Landeskompetenzzentrum Mensch Tier Beziehung statt.

Planung

Aufgaben:

- Besprechung im Team mit den Betreuerinnen und der Leitung des Mädchenzentrum *peppas
- Präzision des Themas und der Ziele des Projekts definieren
- Projektbetreuung finden
- Planung der weiteren Schritte, die notwendig für die Erlebnistage sind
- Klärung der Finanzierung
- Telefonische Besprechungen mit Frau Köstl vom Antoniushof- Landeskompetenzzentrum Mensch Tier Beziehung:

- Präzisierung des Angebots, der Wünsche der Mädchen und der Möglichkeiten von Frau Köstl
- Besprechung des Angebots und der pädagogischen Methoden und Übungen, die Frau Köstl plant und die unter der Leitung von Frau Köstl gemeinsam mit den Betreuerinnen durchgeführt werden
- Bedürfnisse der Mädchen abklären (Schlafmöglichkeit, Essensgewohnheiten, besondere Bedürfnisse)

Vorbereitung

Aufgaben:

- Information für die Mädchen durch Aushang im *peppa und Anmeldung
- Organisation der Anfahrt, Ausborgen der Caritas Kleinbusse
- Vorbereitung mit den Mädchen, Fragen und Wünsche der Mädchen abklären, gemeinsam Erstellen einer Packliste
- Einholen der Einverständniserklärungen der Eltern für den Ausflug mit Übernachtung
- Erste Hilfe Koffer und Notfallutensilien einpacken
- Jause für die Anfahrt für die Mädchen einkaufen und vorbereiten
- Bewerbung des Ausflugs in den Social-Media-Kanälen des Mädchenzentrum *peppas (Whats app Status und Instagram)

Durchführung und Reflexion mit der Zielgruppe

- Durchführung des Projekts Mitte Oktober 2021
- Wie mit Frau Köstl vereinbart: Ankunft Mittwoch, 27.10.21 mittags in den Herbstferien, Abreise Donnerstag 28.10.21 nachmittags in den Herbstferien

Dokumentation, Abschluss und Reflexion des Angebots

- Dokumentation und Reflexion durch die Betreuerinnen im November 2021

10.8. Arbeitsprinzipien

Im Mädchenzentrum *peppa wird niederschwellig und auf der Basis von Freiwilligkeit gearbeitet. Das bedeutet, dass die Mädchen sich freiwillig für den Ausflug anmelden können und ohne Vorkenntnisse oder Mittel daran teilnehmen können. Auch die Übungen und Workshops sind immer freiwillig, die Mädchen können selbst entscheiden, ob sie mitmachen möchten oder nicht. Die Ausflüge sind für die Mädchen kostenlos. Mit den Mädchen des Mädchenzentrum *peppas wird gendersensibel und feministisch gearbeitet, da bewusst Freiräume für junge Mädchen und Frauen geschaffen werden sollen. Es soll auch eine Zielgruppe von Mädchen und jungen Frauen erreicht werden, die aus verschiedenen Gründen vielleicht nicht in ein Jugendzentrum gehen dürfen oder wollen wo auch Burschen sind. Es kann auch vorkommen, dass Mädchen aufgrund von Gewalterfahrungen nicht mit männlichen Betreuern ihre privaten Themen sowie Sorgen und Ängste austauschen würden. Die Teilnehmerinnen haben unterschiedliche kulturelle Hintergründe, einige haben Migrationserfahrung. Wichtig ist, dass alle Mädchen willkommen sind, egal woher sie kommen und was ihre Erfahrungen und Hintergründe sind.

In der Erlebnispädagogik und Tiergestützten Intervention ist es wichtig, respektvoll mit Tieren umzugehen und diesen Respekt auch von den Teilnehmerinnen einzufordern. Es muss unbedingt ein sanfter und bedürfnisorientierter Umgang mit den Pferden und anderen Tieren gelebt werden, da die Einheiten mit den Tieren sonst nicht möglich sind. Auch die Sicherheit und Freiwilligkeit der Tiere hat oberste Priorität. So ist es zum Beispiel bei der freien Begegnung mit den Pferden, wo die Mädchen sie streicheln können. Wenn die Pferde keine Lust mehr darauf haben, können sie sich zurückziehen. Wenn sie Kontakt möchten, können sie in die Kontaktzone kommen. Auch die Regeln im Umgang mit den Tieren sind unbedingt zu beachten um schöne Erlebnisse für Mensch und Tier zu ermöglichen.

10.9. Team

Zur Begleitung des Ausflugs kommen drei Betreuerinnen mit, die die Mädchen begleiten. Zwei Sozialarbeiterinnen und eine Freizeitpädagogin. Ursula Köstl vom Antoniushof führt gemeinsam mit den Betreuerinnen und ihren Tieren die Übungen durch. Die Betreuerinnen sind in den Einheiten anwesend und besprechen die aufkommenden Themen mit den Mädchen und jungen Frauen. Sie reflektieren den Prozess und sind unterstützend zur Stelle. Sie führen auch durch das Programm und schaffen Struktur durch einen ungefähren Zeitplan.

10.10. Sicherheitsmaßnahmen

Bei der Vorbereitung und Durchführung des Projekts wird auf die aktuellen Bestimmungen der Covid- 19 Pandemie geachtet. So wird von jedem Mädchen ein aktueller negativer Corona Test verlangt, um am Projekt teilnehmen zu können. Des Weiteren werden Desinfektionsmittel und FFP-2 Masken mitgeführt. Auch der Erste Hilfe Koffer ist immer in der Nähe bereitgelegt. Die Mädchen werden vor Ort auf die Sicherheitshinweise bezüglich der Tiere hingewiesen und können jederzeit mit den Betreuerinnen darüber sprechen. Die Mädchen bringen eine Einverständniserklärung und bei Bedarf wird zusätzlich mit den Eltern der Mädchen telefoniert um sie über das Angebot zu informieren.

10.11. Geplanter Ablauf und pädagogische Methoden

Gemeinsam mit Frau Köstl fand eine Planung der Angebote und des Ablaufs statt, natürlich mit viel Flexibilität und Offenheit, um auf die Gruppe und die Wünsche einzugehen.

Datum /Uhrzeit	Aktivität/Methoden
Mittwoch 27.10.21	
Ankunft und Begrüßungsspiele 12:30- 13:30	Begrüßung der Gruppe durch Frau Köstl auf dem Hof und Ausladen des Gepäcks und der Schlafsäcke Willkommensspiel mit buntem Fallschirmtuch- „Wo fliegt das Schwein?“ Abfragen der Namen, Befindlichkeit und der Wünsche für diese zwei kommenden Tage Übung Fallschirmtuch: Namen sagen und mit dem Hund durchgehen
Mittagspause 13:30-14:30	Gemeinsames Spaghetti Essen im Loft über den Pferden
Pferdeeinheit und Lamawanderung: Da die Gruppe 10 Mädchen umfasst und dies zu groß ist um auf die Bedürfnisse der Mädchen und der Pferde einzugehen, wird die Gruppe geteilt.	

Während fünf Mädchen an der Pferdeeinheit teilnehmen, machen die anderen eine Lamawanderung.	
Pferdeeinheit 14:30-16:00	Pferdeeinheit Wissenswertes: Die Mädchen erfahren Wissenswertes über das Leben und das Verhalten der Pferde, den Unterschied zwischen Flucht und Raubtier und wie sie sich in der Herde Verhalten Übung Begrüßen und sich Pferden nähern Übung Aufhalftern lernen Übung Pferde richtig striegeln (motorische Fähigkeiten und Verknüpfung der beiden Gehirnhälften durch Striegeln mit beiden Händen) Vertrauensübung und Spürübung vom Boden aus (mit verbundenen Augen durch andere Jugendliche an der Hand führen lassen und das Lieblingspferd mit geschlossenen Augen durch abstreichen erkennen) Reiten, aufsteigen, geführt werden, genießen Übrige Kinder: Dosenschießen mit Apfel und Dosen Ball zuschießen und Dosenschießen vom Pferd aus
Pause 16:00	Erfrischungen am Teich
Lamawanderung 16:30-18:00	Lamawanderung

Abendfütterung und Freizeit 18:00-18:45	Abendfütterung der Pferde oder Freizeit für die Mädchen
Nachtlager 18:45-19:00	Nachtlager herrichten
Abendessen 19:00	Abendessen, Pizza bestellen, bei der Feuerschale auf der Terrasse beim Teich sitzen, Tag ausklingen lassen
Nachtruhe 21:30/22:00	Nachtruhe
Donnerstag 28.10.21	
Frühstück 08:30	Gemeinsames Frühstück im Loft über den Pferden mit Leckereien von Frau Köstl und vom Hof
Morgenfütterung/Freizeit 9:30-10:30	Morgenfütterung der Tiere, Mädchen können entscheiden ob, wie und bei welchen Tieren sie helfen wollen
Ziegeneinheit 10:30-12:00	Ziegeneinheit, gemeinsam Ziegen kennenlernen, Verhalten beobachten, Ziegenarten erkennen, Ziegen zählen, Böcke und Ziegen erkennen, Melkstand ansehen
Pause 12:30-13:30	Pause am Teich, Schlaflager abbauen, Autos einräumen
Wunscheinheit 13:00-15:00	Wunscheinheit der Mädchen, die Mädchen können entscheiden, wie sie ihren Nachmittag auf dem Hof verbringen möchten
Reflexion 15:00-15:30	Abschlussreflexion beim Teich

Abschied 15:30-16:00	Abschied und Fotos
Heimreise 16:00	Heimreise

10.12. Pädagogische Methoden

Begrüßungsspiel Fallschirmtuch

Beim Begrüßungsspiel wird das bunte Fallschirmtuch verwendet. Die Jugendlichen stehen außen herum in einem Kreis und halten das Tuch bei den Schlaufen. Durch das bunte Tuch kommt Spaß und Bewegung in die Begrüßung, es macht Freude, das Tuch gemeinsam auf und ab zu schwingen.

Wo ist das Schwein?

Bei dieser Übung befindet sich ein kleines Stofftierschwein auf dem Fallschirmtuch und wird gemeinsam in die Luft geschubst, bei derjenigen bei der das Schwein herausfällt auf den Boden, wird gestoppt. Sie sagt ihren Namen und worauf sie sich am meisten freut.

Hund spaziert unter dem Regenbogen

Bei dieser Übung dürfen die Mädchen den kleinen Hund führen und gehen einmal außen herum. Wenn die anderen Mädchen das Tuch in die Höhe werfen, geht das Mädchen mit dem Hund unter dem Tuch hindurch zum freien Platz. Diese Übung erfordert Koordination und Timing und ein bisschen Mut mit dem Hund unter dem Tuch hindurch zu gehen.

Pferdeeinheit Wissenswertes

Bei dieser Übung stehen die Mädchen im Kreis in der freien Herde. Nachdem die Regeln geklärt sind, dass man leise, ruhig und mit Respekt den Pferden begegnet, wird über die Natur und das Verhalten der Pferde gesprochen. Hier wird erklärt, dass Pferde Fluchttiere sind und der Unterschied zu den Raubtieren besprochen. Dies erkennt man an der Stellung der Augen. So wird darüber gesprochen, dass Menschen Raubtiere sind und wie man sich als Raubtiere den Pferden nähert.

Pferde beobachten

Beim Beobachten der freien Herde wird erklärt, wie die Herdenstruktur funktioniert, dass die Leitstute entscheidet wo gestanden und hingelaufen wird, sie entscheidet wer zur Herde gehört und erzieht die jüngeren Mitglieder. Die Leitstute weiß wo es Futter und Wasser gibt und geht bei Unsicherheiten voran. Der Leithengst sieht zu, dass die Gruppe zusammenbleibt, er geht hinten nach. Der Leithengst verteidigt die Herde vor Eindringlingen. Dann wird erklärt, dass es einen Wächter gibt, der abwechselnd Wache hat, während die anderen Pferde ruhen. Die Mädchen werden über Wichtiges und Wissenswertes im Umgang informiert.

Pferde begrüßen

Wie bei Pat Parellis Freundlichkeitsspiel geht es darum, sich den Pferden vorsichtig und seitlich zu nähern, zur Begrüßung wird ihnen die Hand entgegengestreckt an der sie riechen können, da Pferde einen sehr feinen Geruchsinn haben und sich an jede Person wegen des Geruchs erinnern. Pferde sollen durch diese freundliche Begrüßung auch sehen, dass der Mensch als Raubtier sich nicht wie ein Raubtier verhält, damit eine Partnerschaft möglich ist.

Pferde aufhalftern

Nach der Annäherung und Begrüßung wird den Mädchen gezeigt, wie sie die Pferde aufhalftern können, dies erfordert Geschick und Übung.

Pferdepflege

Bei dieser Übung wird gezeigt, welche Bürsten es in der Pferdepflege gibt und wie sie eingesetzt werden. Jedes Pferd hat einen eigenen Putzkoffer mit einer bestimmten Farbe, sodass Kinder und Jugendliche, die nicht lesen können, auch wissen, welches Material sie zum Pflegen für das richtige Pferd benutzen können. Mit den Mädchen wird gestriegelt und die Hufe werden ausgekratzt. Den Mädchen wird auch gezeigt, wie sie die Pferde massieren können und dann wird besprochen woran man erkennt, ob die Pferde es genießen und welche Stelle sie gerne mögen. Hier können den Mädchen auch einfache TTouches gezeigt werden.

Gegenseitige Massage

Die Massage mit den Bürsten wird nun in Zweiergruppen aneinander ausprobiert, so wird mit Händen und Bürsten eine Partnerin am Rücken massiert. Sie selbst soll spüren welche Art von Massage angenehm ist und welche nicht und dies artikulieren. Danach wird getauscht.

Pferdeausdruck

Bei der Pferdepflege wird besprochen, wie Pferde mit ihren Ohren, ihrer Körperspannung, ihrer Kopfhaltung und ihrem Gesichtsausdruck und ihrem Schnauben signalisieren ob ihnen etwas

gefällt oder nicht. Es wird auch besprochen, wie Pferde aussehen, die aggressiv sind oder Angst haben.

Vertrauensübung in der Gruppe

Die Vertrauensübung findet vom Boden aus statt. Die Jugendlichen nennen ihr Lieblingspferd aus der Herde. Die Pferde sind nun am Putzplatz angebunden. Einer Jugendlichen werden die Augen verbunden und sie wird durch eine andere Jugendliche an der Hand geführt. Hierbei wird erklärt, wie die Mädchen sich gegenseitig bei der Schulter und an der Hand berühren sollen, damit die Sicherheit gewahrt wird. Nun wird die Person mit der Augenbinde gedreht, sodass sie die Orientierung verliert. Die Partnerin führt sie zu den verschiedenen Pferden und sie kann nun mit verbundenen Augen die Pferde streicheln und versuchen durch die Beschaffenheit des Fells, der Größe und der Mähne, des Geruchs und Ähnlichem herauszufinden welches ihr Lieblingspferd ist. Hier werden die sensorischen Sinne und die Wahrnehmung ohne den Sehsinn gefördert. Weiters wird das Vertrauen zwischen der Führenden und der Person, welche die Augen verbunden hat, gestärkt. Es wird geübt, wie es ist, sich auf jemanden vollkommen zu verlassen und die Kontrolle abzugeben. Umgekehrt auch, wie es sich anfühlt die Kontrolle und Verantwortung über eine andere Person zu übernehmen. Im Anschluss an die Übung wird reflektiert.

Führübung

Es wird erklärt und gezeigt, wie die Pferde geführt werden können und welche Art von nonverbaler Kommunikation dafür nötig ist. Die Mädchen lernen auch ihren Körper zu spüren und richtig einzusetzen. Damit der Spaß nicht zu kurz kommt, wird ein Parcours aufgebaut. Die Mädchen dürfen die Pferde über Stangen und im Slalom führen und dabei kleine Aufgaben bewältigen. Dies ist Teil des Führens und Folgen im Natural Horsemanship und steht für den Bindungsaufbau zwischen Mensch und Pferd.

Reiten

Beim Reiten werden die Mädchen einzeln unterstützt um auf das Pferd aufzusteigen. Die Mädchen reiten mit Sattelpad, damit die Bewegungen des Pferdes optimal gespürt und auf den Körper der Jugendlichen übertragen werden können. Die Mädchen können so die Welt aus einer erhabenen Perspektive erleben und spüren wie es ist, wenn sie jemand trägt. Nach dem Reiten bedankt man sich beim Pferd, dass es einen getragen hat.

Ball fangen am Pferd

Die Mädchen, welche gerade nicht reiten, werfen einen weichen Stoffball zum Mädchen, welches auf dem Pferd sitzt. Dieses versucht diesen zu fangen. Diese Übung fördert die Augen-Hand Koordination und die Körperwahrnehmung. Man braucht Geschick, Konzentration und Fokus. Diese Übung bringt auch Spaß und alle Jugendlichen sind miteinbezogen.

Dosen schießen vom Pferd

Vom Pferd aus kann versucht werden mit einem kleinen Ball die Dosen, welche auf einer Tonne aufgebaut sind, umzuwerfen. Wieder ist Geschicklichkeit, Fokus und Körperwahrnehmung gefragt.

Augen zu am Pferd

Bei dieser Übung schließen die Mädchen die Augen und verlassen sich ganz auf das Pferd. Sie spüren die Bewegungen unter ihnen, atmen tief durch und entspannen sich.

10.13. Durchführung *peppa goes Steiermark- Tiererlebnistage

Am Mittwoch 27.10.21 fand der Treffpunkt im Mädchenzentrum *peppa statt. Die Mädchen waren sehr gespannt und aufgeregt. Es wurden die Corona Tests kontrolliert und die Mädchen bekamen ein Frühstück im Mädchenzentrum und eine Jause für die Fahrt. Die Fahrt verlief entspannt und die Mädchen unterhielten sich angeregt.

Bei der Ankunft begrüßte uns Frau Köstl vorm Stall freundlich und hieß die Gruppe willkommen. Die Mädchen standen am Eingang des Offenstalls und bewunderten die Pferde. Auch die Hunde von Frau Köstl begrüßten uns. Fast alle Mädchen teilten uns mit, dass sie Angst vor den Pferden und den Hunden haben. Die Mädchen wollten nicht in den Stall hineingehen. Dies war die erste Herausforderung, da der Weg zum Eingang des Schlaflagers durch den Offenstall der Pferde führte. Die Mädchen wurden von Frau Köstl begleitet, und Frau Köstl schirmte die Pferde ab, damit sie nicht in die Nähe der Mädchen kamen und die Mädchen den Weg zum Eingang des Schlaflagers bestreiten konnten. Nach anfänglichen Schwierigkeiten schafften es alle durch den Offenstall und wir verstauten die Schlafsäcke im Schlaflager.

Bei der ersten Übung mit dem Fallschirmtuch hatten die Mädchen sehr viel Spaß, sie sagten ihre Namen und was sie sich für diese Tage wünschten. Einige Mädchen nannten, dass sie gerne reiten würden, dass sie sich auf die Tiere freuen und gespannt seien. Ein Mädchen sagte, dass sie Tiere nicht mag und sie freue sich auf den MC Donalds bei der Heimfahrt.

Bei der Übung mit dem Schwein, welches auf dem Tuch hüpfte startete eine kurze Diskussion der Mädchen darüber, dass Schweinefleisch zu essen im Islam „haram“, nicht erlaubt ist. Wir besprachen das Thema und am Ende einigten wir uns darauf, dass jede Person selbst entscheiden sollte was sie isst und wie sie die Regeln der Religion auslegt.

Als es zur zweiten Übung mit dem Hund ging, trauten sich einige Mädchen nicht. Andere begannen den Hund unter dem Tuch durchzuführen und es machte ihnen sichtlich Spaß. Ein Mädchen sagte, dass sie es nun doch auch versuchen möchte und traute sich den Hund durch das Fallschirmtuch zu führen. Sie war stolz darauf, es geschafft zu haben.

Nach den Begrüßungsübungen gab es ein gemeinsames Mittagessen im Loft, einem offenen Balkon, welcher sich direkt über dem Pferdestall befindet. Die Spaghetti wurden von Frau Köstl zubereitet und haben den Mädchen sehr gut geschmeckt. Es war vereinbart, dass die Spaghettisauce vegetarisch zubereitet wird, da die meisten Mädchen kein Fleisch oder kein Schweinefleisch essen. Beim gemeinsamen Tisch decken sahen einige Mädchen gespannt über

die Brüstung des Balkons und beobachteten mit Erstaunen die Pferde. Ein Mädchen sagte, sie könne hier nicht essen, da es hier nach Pferdemist riechen würde. Sie gewöhnte sich jedoch nach einiger Zeit daran und aß ihre gesamte Portion am Ende fröhlich.

Nach dem Mittagessen ging es zu den Pferden. Die Mädchen waren anfangs sehr skeptisch, einige auch ängstlich und gaben zu bedenken, dass sie Angst hatten, dass sie die Pferde umstoßen würden. Frau Köstl und die Betreuerinnen erklärten den Umgang mit den Pferden und zeigten die Begrüßung vor. Nun trauten sich die Mädchen auch und kamen langsam näher in den Offenstall. Ein paar Mädchen kreischten laut bei der ersten Berührung der Pferde, was sofort reflektiert wurde, und an die Regeln erinnert, dass es wichtig ist leise und ruhig zu sein, damit sich die Pferde nicht erschrecken. Einige Mädchen hatten das Handy in der Hand und

waren abgelenkt, wir einigten uns gemeinsam mit den Mädchen das Mobiltelefon während der Zeit bei den Tieren beiseite zu legen. Die Mädchen waren einverstanden und hielten sich von nun an daran.

Nun wurde das Verhalten der Pferde erklärt, die Mädchen wurden gefragt, ob sie den Unterschied zwischen Fluchttieren

und Raubtieren kennen. Es wurde besprochen, dass Pferde Fluchttiere sind. Daraufhin erzählte ein Mädchen, dass sie auch geflüchtet ist und die Pferde gut verstehen kann, dass sie flüchten, wenn etwas Schreckliches passiert. Sie erzählte, dass sie mit einem Schlauchboot über das Meer geflohen ist und das Boot fast untergegangen war. Sie berichtete, dass sie Todesangst hatte und Angst um ihre Familie. Glücklicherweise haben sie es an Land geschafft. Sie sprach ruhig und mit Tränen in den Augen. Sie erzählte, dass sie mit ihrer Mutter in Zelten gewohnt hatte und es sehr kalt war und sie wenig zu essen hatten. Sie mussten auch sehr weit zu Fuß gehen und oft hat es geregnet und sie hatte Angst, dass ihnen etwas zustoßen würde. Die anderen Mädchen und die Betreuerinnen hörten ruhig zu und drückten aus, dass ihre Erzählung hier Platz hat und sie hier mit ihrer Geschichte angenommen wird. Von den Betreuerinnen wurden wertschätzende Nachfragen gestellt, das Mädchen wurde von anderen Mädchen gehalten und umarmt. Auch die anderen Mädchen stimmten zu und sagten, dass sie ähnliches erlebt hatten. Am Ende der Erzählung kam ein Pferd näher und stupste die Mädchen an. Wir gingen dazu über die Pferde zu begrüßen. Es war eine traurige aber wunderschöne Erfahrung, dass die Mädchen sich im Rahmen der Einheit im Stall öffneten und zum ersten Mal etwas über ihre Fluchtgeschichte erzählten.

Die Gruppe stand eine Weile in der offenen, freien Herde, anfangs mit einem größeren Abstand zu den Pferden. Nach und nach begannen einige Mädchen, sich näher an die Pferde heranzutrauen und sie zu streicheln. Während der Beobachtung erklärte Frau Köstl noch einiges über das Verhalten der Pferde und die Herdenorganisation. Wir lernten auch die Namen und die Eigenschaften und Eigenheiten der Pferde kennen. Frau Köstl erklärte, wie sich die Mädchen den Pferden nähern können. Einige Pferde kamen sofort neugierig zu den Mädchen und stupsten sie mit der Nase an.

Die Mädchen entdeckten eine Schaukel im Offenstall der Pferde und ein Mädchen fragte, ob sie schaukeln durfte. Daraufhin schaukelten einige Mädchen direkt neben den freilaufenden Pferden, die schienen als würden sie ihnen zusehen, da sie mit Blick zur Schaukel das Spektakel in einigem Abstand beobachteten. Die Mädchen genossen es, im geschützten Rahmen schaukeln zu dürfen und schubsten sich gegenseitig an und lachten dabei.

Nach der Begrüßung und des Kennenlernens der Pferde holte Frau Köstl die Halfter. Jedes Mädchen durfte sich ein Pferd aussuchen, welches sie bürsten möchte. Frau Köstl und die Betreuerinnen zeigten, wie das Halfter angelegt wurde. Einige Mädchen schauten zu und sagten, dass sie es nicht versuchen wollen, da sie es nicht können werden. Frau Köstl versuchte die Mädchen zu ermutigen und ihnen Sicherheit zu geben, indem sie ihnen helfen würde und aufpassen würde, dass nichts passiert. Sie würden es schaffen, das wisse sie. Nach und nach trauten sich alle Mädchen das Halfter anzulegen. Sie waren sehr stolz. Dies ist ein gutes Beispiel dafür, wie die Selbstwirksamkeit und die eigene Kraft etwas zu schaffen, gesteigert wurde. Froh darüber, das Aufhalftern geschafft zu haben, führten die Mädchen die Pferde selbstbewusst zu ihren Anbindepositionen. Dort standen sie ruhig und konnten nun gebürstet werden.

Die Mädchen lauschten aufmerksam als Frau Köstl erklärte, wie die richtige Handhabung bei der Pferdepflege lautet und wie die Bürsten ihren Einsatz finden. Die Mädchen genossen sichtlich die Pflege der Pferde und streichelten sie immer wieder zwischendurch. Nun wurde die Massage gezeigt und die Mädchen konnten sie bei den Pferden ausprobieren. Ein Pferd hob den Kopf, neigte ihn schief und öffnete die Nüstern so als würde es genau diese Stelle sehr genießen. Die Mädchen lachten und Frau Köstl bestätigte, dass dieses Pferd die Massage sehr genießt.

Nun war die Übung, sich in Zweiergruppen gegenseitig zu massieren. Die Mädchen fanden die Übung ungewohnt, ließen sich jedoch darauf ein und lachten bzw. sagten, dass sie Massage angenehm fanden.

Die nächste Übung war die Vertrauensübung. Zuerst wurde besprochen, ob es für alle Mädchen ok ist sich die Augen zu verbinden und von einem anderen Mädchen an der Hand führen zu lassen. Die Mädchen gingen in Zweiergruppen zusammen und führten eine Person vom Boden aus an der Hand, die die Augen verbunden hatte, bis sie ihr Lieblingspferd erspüren konnte. Die Mädchen lachten dabei und konzentrierten sich sehr, dass sie ihr Lieblingspferd fanden. Hatten sie es geschafft, wurde die Augenbinde abgenommen und die Mädchen umarmten und streichelten die Pferde. Bei der Reflexion sagten einige, dass sie es nicht so einfach fanden, die Kontrolle abzugeben und sich führen zu lassen. Sie sagten, dass sie Angst hatten hinzufallen aber sie es auch sehr lustig fanden, die Pferde mit verbundenen Augen zu streicheln. Die Betreuerinnen freuten sich und sprachen den Mädchen Mut zu, sie sagten ihnen, dass sie sehr stolz sein können sich nun so sicher und selbstbewusst und sogar mit verbundenen Augen im Stall bewegen zu können. Die Mädchen freuten sich sehr.

Danach wurden die Pferde mit den Halftern abgebunden und am Reitplatz geführt. Die Mädchen wurden durch Frau Köstl unterstützt, die ihnen zeigte, wie man einem Pferd zeigt, dass man losgehen möchte. Hier wird das Gewicht des Körpers nach vorne verlagert und die Hand ausgestreckt. Der Führstrick bleibt während der gesamten Aufgabe durchhängend. Zum Stehenbleiben nimmt man die Spannung aus dem Körper und atmet aus und bleibt ruhig stehen. Wenn das Pferd noch nicht stehen bleibt kann die Hand leicht vor dem Pferd in die Höhe gehoben werden.

Ein Mädchen war unsicher beim Gehen mit einem großen Pferd und ging dorthin nach, wohin das Pferd ging. Frau Köstl erklärte ihr, dass gerade das Pferd mit ihr gehe und nicht sie mit dem Pferd, dass das ok sei aber sie könne ihr zeigen, was sie machen könne, damit sie die Richtung bestimmen kann. Sie arbeiteten an ihrer Körperhaltung und daran, dass sie klar und selbstbewusst auftreten müsse, damit sie das Pferd gut wahrnimmt und sich ihr als Leitstute anschließt. Nach ein paar Übungen funktionierte es sehr gut und das Mädchen war sehr stolz.

Die Mädchen waren fasziniert, dass sie ein so großes und schweres Tier nur mit ihrer Körpersprache bewegen konnten und noch dazu ohne am Strick zu ziehen oder etwas zu sagen. Sie führten die Pferde durch den Slalom und über die Stangen und strahlten dabei. Dies ist ein gutes Training für das Spüren des Körpers und der Selbstwirksamkeit. Die Mädchen erleben selbst, dass sie in der Lage sind, die schweren und starken Pferde durch verschiedene Hindernisse zu führen und den Parcours gemeinsam zu bewältigen.

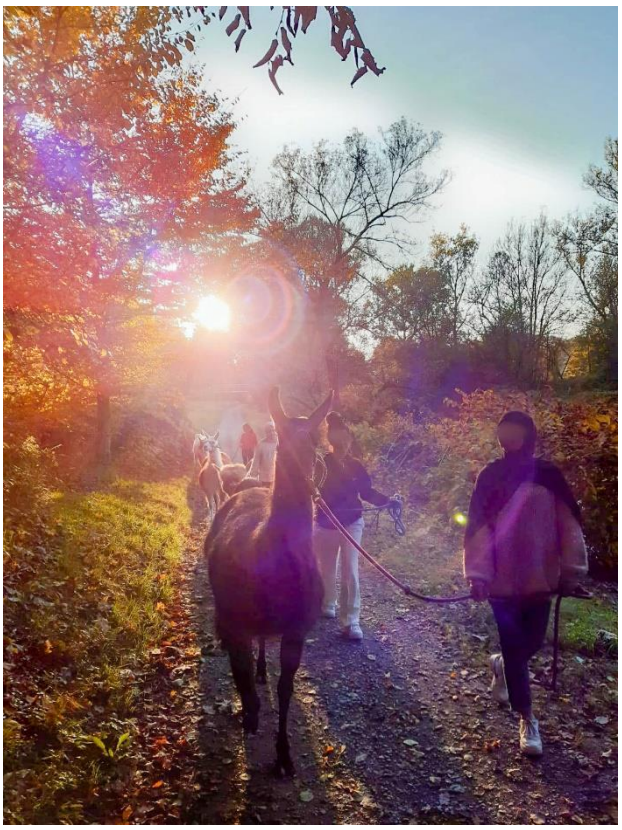
Am Ende der Einheit durften die Mädchen abwechselnd reiten. Ihnen wurde von Frau Köstl geholfen, aufs Pferd aufzusteigen. Frau Köstl führte das Pferd, während die Mädchen oben sitzen und genießen konnten. Die Mädchen genossen die Landschaft. In Seggauberg ist vom Reitplatz aus eine wunderschöne hügelige Landschaft zu sehen, die sich in sanften Waldketten mit den bunten Laubfarbtönen entfaltete. Die Mädchen sagten, dass sie sich stark fühlten, weil sie so weit oben sitzen und dass es ihnen sehr gut gefallen hat. Sie trauten sich sogar die Augen zu schließen und die Bewegungen des Pferdes wahrzunehmen. Einige streckten sogar die Hände aus. Diese Momente waren sehr bewegend, man konnte die Mädchen auf den Pferden lachen sehen.

Bei den folgenden Übungen warfen die anderen Mädchen vom Boden aus den Ball dem auf dem Pferd sitzenden Mädchen zu. Das Mädchen versuchte ihn zu fangen, oft gelang es, manchmal auch nicht, die Mädchen lachten viel gemeinsam. Auch beim Dosenschießen hatten die Mädchen viel Spaß und konzentrierten sich sehr gut auf dem Pferd zu sitzen und trotzdem die Hände fürs Schießen frei zu haben. Einige jubelten als sie getroffen haben.

Die Pferde von Frau Köstl waren während der gesamten Übungen sehr ruhig und ihnen machten auch hektischere Bewegungen sowie die Bälle und die Geräusche der Dosen nichts aus, da sie die Übungen und Materialien gewohnt waren und als Pferde für die tiergestützte Pädagogik und Therapie ausgebildet waren.

Nach der Einheit gab es eine Pause mit Erfrischungen und Kuchen und Obst auf der Terrasse am Teich. Die Mädchen erzählten sich gegenseitig aufgeregt was sie erlebt hatten. Einige hörten Musik und genossen die Sonne.

Am Nachmittag gab es eine Lamawanderung. Hier konnte wieder die Haltung beim Führen der Lamas geübt werden. Das Mädchen, welches anfangs berichtet, dass sie keine Tiere mag und sich nur auf den MC Donalds freue, hatte bei einigen Übungen ausgesetzt, doch sie wollte gerne bei der Lamawanderung dabei sein. Sie sagte, dass Lamas lustige Tiere sind, die zwar neugierig sind, doch auch komisch und ihren Abstand brauchen- so wie sie selbst.



Die Wanderung fand durch den Wald von Seggauberg statt. Die Mädchen mussten einen etwas steilen Hang im Wald bergauf gehen und mit den Lamas über Wurzeln und Baumstämme klettern. Einige sagten, es sei sehr anstrengend für sie gewesen. Ein Mädchen fragte mich, wieso die Bäume in

der Steiermark verschiedene Farben haben, das habe sie noch nie gesehen. Wir sprachen über die Jahreszeiten und die Verfärbung der Blätter im Herbst. Dass dies in Wien auch so ist, und in welchen Ländern es die vier Jahreszeiten gibt. Die Mädchen lernten bei diesem Spaziergang vieles über die Natur und trainierten ihren Körper und ihre motorischen Fähigkeiten beim steilen Waldweg. Es war ein voller Erfolg und auch sehr spaßig mit den interessanten Lamas diesen Weg zu bestreiten.

Nach der Lamawanderung war eine Stunde Freizeit, die Mädchen konnten selbst entscheiden wie sie diese nutzen möchten. Zu dieser Zeit findet auch notwendigerweise die Abendfütterung der Tiere statt. Spannend war die Dynamik, welche dabei entstand. Die Mädchen entschieden selbstbestimmt, was sie machen möchten und gingen mutig und handlungsorientiert an die Sache heran. Zwei Mädchen schnappten sich die Scheibtruhe und die Mistgabel und sammelten selbständig im Offenstall die Pferdeäpfel auf. Zwei andere Mädchen halfen Frau Köstl beim Portionieren des Kraftfutters und Pferdemüsli und schnitten Äpfel und Karotten für die Pferde. Einige Mädchen gingen mit dem Mann von Frau Köstl zu den Schweinen und zu den Kaninchen um ihnen ihre Abendmahlzeit vorzusetzen. Es war sehr schön zu sehen, dass nach einem vollen Tag mit Tieren in der Natur, die Handys nicht mehr so interessant waren und die Mädchen ohne zu fragen, was sie jetzt tun sollen, selbständig eine Aufgabe fanden, die sie machen wollten und die ihnen Spaß machte. Frau Köstl ermutigte die Mädchen und ließ sie, natürlich unter Einhaltung der Sicherheit und unter Beobachtung der Betreuerinnen selbstbestimmt und eigenhändig agieren. Die Mädchen schienen ihre Angst nach diesem Tag komplett verloren zu haben und waren motiviert und engagiert bei der Sache. Es war wunderschön anzusehen.

Zu Abend bestellten wir Pizza von einem Restaurant in Seggauberg, welches die Pizza schnell lieferte. Diese wurde auf der Terrasse beim Teich genossen und die Gruppe saß rund ums Feuer. Der Tag wurde reflektiert und die Mädchen erzählten, was ihnen am besten gefiel und wie sie sich fühlten. Ein Mädchen sagte, dass sie sich so gut und frei fühlte. Ein anderes Mädchen erzählte, dass sie sich nie gedacht hätte mal ein Pferd selbständig zu führen und zu reiten, sogar mit geschlossenen Augen. Ein Mädchen sagte, dass ihr die Lamawanderung am besten gefiel, weil sie die Tiere lustig findet und den Spaziergang durch den Wald so gerne mag. Ein Mädchen berichtete, dass sie die Herbstfarben der Blätter so schön findet hier in der Natur und dass sie sich gefreut hat, dass die Sonne schien. Ein Mädchen berichtete, dass sie den ganzen Tag über ihre Sorgen vergessen hatte und sogar nicht einmal auf ihr Handy schaute. Ein anderes Mädchen sagte, dass sie sie sich freute, dass sie hier mit ihrer besten Freundin Zeit verbringen kann.

Nach dem Essen wurde rund ums Feuer gesessen und arabische und afghanische Musik gehört. Einige Mädchen und wir Betreuerinnen tanzten mit ihnen ums Feuer. Es hatte eine besondere Stimmung bei arabischer Musik in der Nacht mitten am Hof zwischen den Tieren zu tanzen und zu singen. Es war ein besonderer Moment.

Am nächsten Tag gab es Frühstück im Loft über den Pferden. Die Mädchen, die anfangs gemeint haben, dass es nach Pferdemist riecht, erwähnten dies nicht mehr und freuten sich über den gut schmeckenden Honig, den Frau Köstl von einem bekannten Imker aus hauseigener Produktion gekauft hatte. Ein Mädchen fragte, ob sie ein Glas Honig kaufen könnte, damit sie es für ihre Familie mit nach Hause nehmen konnte. Frau Köstl holte sogleich einen Honig und das Mädchen freute sich sehr.

Nach dem Frühstück fand die Morgenfütterung statt, die Mädchen teilten sich selbständig den Gruppen für die verschiedenen Tiere zu und halfen engagiert bei der Fütterung. Dies war ein großer Fortschritt, da die Mädchen am Tag davor sehr ängstlich waren und sich nicht in die Stallungen zu gehen trauten. Nun schnappten sie selbstbewusst die Futterschüsseln, schnitten das Obst und schwärmten zu den verschiedenen Tieren aus. Ein paar Mädchen wollten zu den Kaninchen und Meerschweinchen und hatten auch die Gelegenheit sie zu streicheln. Als sie sich hinsetzten kamen einige Kaninchen und setzten sich auf ihren Schoß. Ein Mädchen kam

zerstreut zurück. Sie erzählte, dass sie ein Kaninchen angemacht hatte, sie zog sich um und war erst etwas aufgebracht, am Ende konnte sie aber darüber lachen.

Am Vormittag zeigte uns Frau Köstl die Ziegen, wir gingen alle gemeinsam in die Ziegenherde. Dort sollten die Mädchen die Ziegen beobachten und herausfinden, welche Ziegen weiblich, welche die Böcke und welche die Kitze sind. Frau Köstl erzählte uns auch über die verschiedenen Ziegenrassen und ließ die Mädchen die Ziegen zählen. Dies war gar nicht einfach, da die Ziegen generell sehr aufgeweckt sind und sehr viel springen. Sie sind auch sehr

neugierig. Einige Mädchen fragten, ob sie die Ziegen streicheln können. Das durften sie nach vorsichtiger Näherung. Am Ende zeigte Frau Köstl den Melkstand der Ziegen und erklärte, wie die Ziegenmilch verarbeitet wird.

Nach der Ziegeneinheit gab es eine Pause am Teich mit einer Jause, wieder war es sonnig und die Mädchen rasteten in der Sonne und aßen Kuchen.

Am Nachmittag durften sich die Mädchen etwas wünschen. Die Gruppe teilte sich auf, ein paar Mädchen wollten die Pferde striegeln und ihnen eine Frisur machen, ein paar andere Mädchen wollten zu den Kaninchen und ein paar Mädchen wollten noch eine kleine Runde mit den Lamas in den Wald gehen. Die Mädchen waren sehr glücklich, dass sie sich die Tiere aussuchen konnten und ihr bisher gelerntes Wissen anwenden konnten.

Nach der Nachmittagseinheit trafen wir uns alle nochmal auf der Terrasse und es gab eine Abschlussrunde und Reflexion. Frau Köstl hatte eine Runde Schokolade dabei, wo sich jedes Mädchen einen Riegel nehmen konnte. Die Mädchen bedankten sich und sagten nochmal was ihnen gefallen hat. Frau Köstl fragte auch, ob sie etwas anders gewollt hätten und was sie zu den Erlebnistagen rückmelden wollten. Ein Mädchen erzählte, dass ihr das Kuscheln und Frisuren machen mit den Pferden am besten gefallen hat. Ein Mädchen berichtete, dass sie sich gerne um Tiere kümmert. Ein Mädchen erzählte, dass sie so viele Dinge hier zum ersten Mal gemacht hatte und sehr dankbar sei, dass sie dabei sein konnte. Ein Mädchen sagte, dass sie viel gelacht hat und eine schöne Zeit hatte. Ein Mädchen erklärte, dass sie nun sehr müde sei, weil sie viel gesehen und gemacht hatte. Ein Mädchen sagte, dass sie findet, dass die Tage sehr gut organisiert waren und sie viel gelernt hat. Ein Mädchen fragte, ob man auch ohne Gruppe hierherkommen kann, da sie mit ihrer kleinen Schwester und mit ihren Eltern einmal herkommen möchte. Wir bedankten uns alle bei Frau Köstl und ihrem Mann und freuten uns über die wahnsinnig erfolgreichen Tage, die professionelle Betreuung und über die großartigen

Möglichkeiten etwas Neues zu erfahren und unsere Fähigkeiten zu erweitern. Nach der Reflexionsrunde waren alle müde aber überglücklich.

Nachdem das Gepäck und die Schlafsäcke zusammengepackt waren, entschlossen die Mädchen ein Foto in der freien Herde der Pferde mit allen zu machen. So stellten wir uns in der Mitte des Offenstalles auf und alle Pferde kamen näher und stellten sich zu uns. Ohne dass wir sie holen mussten, standen sie freiwillig und ohne Strick direkt bei der Gruppe und stupsten die Mädchen freundlich an. Die Mädchen streichelten die Pferde und strahlten. Es war ein wahnsinnig schöner Moment. Die Nachmittagssonne schien und die Gruppe stand mitten in der Herde in einer wunderschönen Landschaft und lachte und streichelte die Pferde.

Schweren Herzens verabschiedeten wir uns von den Menschen und Pferden vom Antoniushof und wanderten über die Pferdeweide vom Offenstall hin zum weiter unten geparkten Auto. Die Pferde die abends normalerweise im Stall warten, dass sie ihr Futter bekommen, standen plötzlich alle am Ende des Stalls mit Blick auf die Weide hinunter zum Parkplatz, so als würden sie sich verabschieden wollen. Als wir fast beim Auto angekommen waren öffnete Frau Köstl die Leine zwischen Stall und Koppel und die Pferde galoppierten vom Stall in unsere Richtung, so als würden sie uns zum Abschied begleiten wollen. Die Mädchen lachten, freuten sich und drehten sich um, um den herbeilaufenden Pferden und Frau Köstl nach oben auf der Anhöhe zum Stall zuzuwinken.

10.14. Reflexion

Die erlebnispädagogischen Tage waren ein voller Erfolg. Die formulierten Ziele wurden erreicht. Die Mädchen hatten so viel Spaß und berichteten, so viel Neues gelernt zu haben. Die Mädchen erlangten Wissen über das Verhalten und die Pflege der Tiere, sie waren stolz auf dem Rücken der Pferde zu sitzen und die anderen Tiere kennen lernen zu können. Sie konnten ihre Sorgen vergessen und ihr Selbstbewusstsein stärken, durch ihr Wissen und die neuen Handlungsweisen, die sie in der Pflege und bei den Übungen erlangt hatten. Bei den erlebnispädagogischen Übungen lernten sie sich untereinander besser kennen und es entstand ein Gruppengefühl. Die Mädchen machten gut mit und ließen sich auf die Spiele und Übungen ein. Sie brachten auch ihre eigenen Vorschläge mit ein, halfen beim Stalldienst mit großem

Engagement mit und wendeten ihre Kenntnisse und Kompetenzen an. Auch ergaben sich Momente, in denen sich die Mädchen öffneten und über ihre Flucht und ihre Vergangenheit sprechen konnten. Dies zeigt, dass sie sich mit den Tieren und auch in der Gruppenzusammenstellung wohl fühlten, um ihre traumatisierenden Erlebnisse zu teilen. Die Angst verschwand durch den Kontakt bei allen Mädchen und das Interesse an der Natur und an den Tieren wurde gesteigert. Sehr beeindruckend war die Entwicklung der Mädchen von der Ankunft zur Abfahrt. Bei der Ankunft hatten fast alle Mädchen Angst vor den Tieren und keines der Mädchen hatte bisher engeren Kontakt mit Tieren gehabt. Dies änderte sich im Laufe der Tage sehr stark und die Mädchen genossen den Kontakt mit den Tieren sichtlich. Beim Abschied in der freien Herde strahlten die Mädchen. Die Tiererlebnistage brachten eine Fülle an neuen Erfahrungen, Erlebnissen, Stärkung der Ressourcen und Selbstwirksamkeit, Zusammenhalt, Freude und beeindruckende Momente.

11.Quellenverzeichnis

BANDURA, A. (1925): Self- Efficiency. The Exercice of Control. Freeman and Company, New York.

BEAR, M., CONNORS, B., PARADISO, M (2018): Neurowissenschaften. Ein grundlegendes Lehrbuch für Biologie, Medizin und Psychologie. Springer Spektrum, Berlin

GÄNG, M. (2017): Erlebnispädagogik mit dem Pferd. Erprobte Projekte aus der Praxis. 4. Aufl., Reinhardt Verlag. München.

GERRIG, R.J. (2016): Psychologie. 20., aktualisierte und erweiterte Auflage. Pearson Verlag, Hallbergmoos.

HECKMAIR, B., MICHL, W. (2018): Erleben und Lernen. Einführung in die Erlebnispädagogik. 8. Aufl., Ernst Reinhardt Verlag. München.

HEDIGER, K., ZINK, R. (2020): Pferdegestützte Traumatherapie. 2.Auf., Reinhardt Verlag. München

JONES, J.L. (2022): Horse Brain- Human Brain. Erkenntnisse der Neurowissenschaft- Wie Pferd & Mensch denken, fühlen, handeln. Franckh- Kosmos- Verlag, Stuttgart.

KIEHNE, H., (2021): Schatzkiste Reiten, Führen, Voltigieren. Lustige Spiele und Übungen mit Kindern. 3. Aufl., Ernst Reinhardt Verlag, München.

KRUEGER, K., FLAUGER, B. (2011): Olfactory recognition of individual competitors by means of faeces in horse (*Equus caballus*). *Anim Cogn* **14**, 245–257. https://doi.org/10.1007/s10071-010-0358-1

OTTERSTEDT, C., OLBRICH, E. (2003): Menschen brauchen Tiere. Grundlagen und Praxis der tiergestützen Pädagogik und Therapie. Frankch Kosmos Verlag. Stuttgart.

PARELLI TEAM SCHWEIZ c/o H&B Vertriebes GmbH: (2022): Parelli Natural Horsemanship in Europa. https://www.parelli-instruktoren.com/de/was-ist-parelli-natural-horsemanship. Accessed: 10-10-2022

PARELLI, P. (1995): Natural Horsemanship. Kierdorf Verlag, Köln.

POLAT, A., (2017): Migration und Soziale Arbeit. Wissen, Haltung, Handlung. Verlag W. Kohlhammer. Stuttgart.

ROBERTS, M., (2002): Die Sprache der Pferde. Die Monty- Roberts Methode des JOIN-UP. Gustav Lübbe Verlag, Köln.

SEAGER, J. (2020): Der Frauenatlas. Ungleichheit verstehen. 164 Infografiken und Karten. Hanser Verlag, München.

STATISTICS AUSTRIA (2020): Migration & Integration. Statistisches Jahrbuch. Zahlen, Daten, Indikatoren. Statistik Austria Wien, Asyl- Migrations- und Integrationsfond, Bundeskanzleramt. Wien.

TELLINGTON- JONES, L. (2018): Tellington Training für Pferde. Das große Lehr- und Praxisbuch. Frankch Kosmos Verlag. Stuttgart.

TELLINGTON -JONES, L., (2014): Tellington TTouch für Pferde. Franckh- Kosmos- Verlag, Stuttgart.

URMONEIT, I. (2020): Pferdegestützte systemische Pädagogik. 3. Aufl., Reinhardt Verlag. München

WATHAN J., BURROWS A.M, WALLER B.M, MCCOMB, K. (2015): Correction: EquiFACS: The Equine Facial Action Coding System. PLOS ONE 10(9): e0137818. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0137818