

**Pferdegestützte Therapie und Förderung**  
**Band 1:** Grundlagen reittherapeutischer Interventionen  
als additive Therapie und Entwicklungsförderung



**Edition IPTh-Fachbücher**  
**Annette Gomolla**

# Vorwort

Das Feld der tier- und pferdegestützten Therapie und Pädagogik hat sich in den letzten fünfzehn Jahren stark entwickelt und es gibt immer mehr Fachliteratur, die die vielen unterschiedlichen Arbeitsansätze beleuchtet. Das ist gut und wichtig, um den Stellenwert, den diese begleitenden Interventionen einnehmen, abzubilden.

Die Pferdegestützten Interventionen haben sich gewandelt von einem auf das Reiten und Voltigieren ausgerichteten Arbeiten hin zu einer strukturierten pädagogischen und therapeutischen Intervention rund um, mit und auf dem Pferd, in dem das Pferd als Beziehungstier und Partner im Vordergrund steht. Wir sind auf dem Weg, uns in der Versorgung von Menschen mit psychischen und psychosomatischen Erkrankungen mit Pferdegestützter Therapie einen Stellenwert neben der Kunst-, Musik- und Körpertherapie zu erarbeiten. Immer häufiger findet sich die Pferdegestützte Therapie, auch unter dem Begriff der Reittherapie bekannt, in der Frühförderung und der Entwicklungsbegleitung von Kindern mit Behinderungen wieder. Seit einigen Jahren fließen auch Konzepte aus anderen Therapiebereichen in die Pferdegestützten Interventionen mit ein und formen sie zu einem eigenständigen Therapieverfahren.

Das Lebewesen Pferd mit seinen Fähigkeiten zum „Lesen“ von emotionalen Stimmungen und Klarheit steht im Vordergrund. Diese Fähigkeiten und das Potential des Pferdes zur Beziehungsaufnahme machen es zu einem einzigartigen Partner in der Therapie, mit dem wir achtsam umgehen sollten.

Dieses Buch trägt theoretische Überlegungen zusammen und bietet zugleich ein Grundgerüst für eine professionelle Pferdegestützte Therapie bzw. Reittherapie. Es erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit, soll jedoch ein weiterer Baustein in der Fachliteratur sein, der darstellt, wie das Pferd in die therapeutische Arbeit eingebunden werden kann.

*Zur Vereinfachung der Lesbarkeit wird der Begriff Klient genutzt, der Frauen, Männer und Kinder einschließt. Da in diesem Arbeitsfeld deutlich mehr Frauen als Männer arbeiten, wird außerdem der Begriff Therapeutin verwendet, die männlichen Kollegen sind dabei mit gemeint.*

# Inhalt

Vorwort

Einleitung.

## **Kapitel 1: Theoretische Hintergründe und Wirkungsweisen Pferdegestützter Therapie**

- 1.1. Begriffsbestimmung Pferdegestützte Interventionen
- 1.2. Tiere als therapeutische Begleiter
- 1.3. Hintergründe und Wirkungen zum Einsatz von Pferden in der Therapie
- 1.4. Die therapeutische Triade
- 1.5. PT als erlebnistherapeutische, emotionsaktivierende und körperorientiert Therapie
- 1.6. Störungsübergreifendes und störungsspezifisches Arbeiten in der PT

## **Kapitel 2: Therapiepferde - Auswahl, Schulung, Einsatz (methoden) und Arbeitssettings**

- 2.1 Die Wahl des Therapiepferdes
- 2.2 Ausbildung von Therapiepferden
- 2.3 Einsatz von Therapiepferden
- 2.4 Besonderheiten der Therapiesituation, Arbeitsleistung und Einsatzmethoden des Pferdes

## **Kapitel 3: Befundung in der Pferdegestützten Therapie**

3.1 Allgemeine und anamnestische Angaben.

3.2 Motivationsanalyse

3.3 Allgemeine Beschreibung des Klienten

3.4 Profil der Stärken und Förderbereiche

3.5 Fragebögen.

3.6 Einsatz unstrukturierter Beobachtung und qualitativer Beschreibung

3.7 Einsatz strukturierter Beobachtung und quantitativer Beschreibung

3.8 Körperbefundung

## **Kapitel 4: Ziele in der Pferdegestützten Therapie**

4.1 Fernziele, Nahziele und Stundenziele

4.2 SMART-Ziele und Motto-Ziele

4.3 Setting- und Transferziele

4.4 Förderbereiche und langfristige Ziele in der PT.

## **Kapitel 5: Planung in der Pferdegestützten Therapie**

5.1 Langfristige Planung

5.2 Stundenplanung.

## **Kapitel 6: Methoden, Inhalte und Techniken**

6.1 Vertiefung zu Methoden in der PT

6.2 Mögliche Inhalte und Stundenumsetzung in der PT

6.3 Techniken in der PT

## **Kapitel 7: Pferdegestützte Therapie bei ausgewählten Störungsbildern**

7.1 Aufmerksamkeits-Defizit-Störung

7.2 Autismus-Spektrum Störung

7.3 Essstörungen.

7.4 Chronische Erkrankungen

7.5 Psychische Traumatisierungen

7.6 Depression

## **Kapitel 8: Eltern- und Angehörigenarbeit in der Pferdegestützten Therapie**

### **Literatur**



# EINLEITUNG

Die Pferdegestützte Therapie ist Teil der Pferdegestützten Interventionen und hat sich auch unter dem Begriff der Reittherapie etabliert. Dabei handelt es sich um eine Intervention, bei der das Medium Pferd in den therapeutischen Prozess mit einbezogen wird. Fachkräfte in dieser Arbeit sind Personen mit sozialen und therapeutischen Grundberufen, die Kinder mit Entwicklungsverzögerungen und -auffälligkeiten ebenso wie Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen und psychischen Erkrankungen mit dem Pferd unterstützen.

**Dabei handelt es sich bei der Pferdegestützten Therapie oder Reittherapie um eine additive bzw. adjuvante Therapieform, die als Unterstützungsmaßnahme in Absprache mit behandelnden Ärzten, Psychotherapeuten oder anderen Fachpersonen umgesetzt wird. Als additive Therapieform ist die Fachkraft in der Regel nicht in der Fallhauptverantwortung und die Therapieziele werden in Absprache mit dem / der verantwortlichen Mediziner\*in oder Psychotherapeut\*in gesetzt.**

Pferdegestützte Therapie können auch Personen erhalten, die (noch) keine diagnostizierte Erkrankung haben, wie z.B. Kinder mit Verdachtsdiagnosen oder Personen, die nach einer niederschweligen Unterstützungsmöglichkeit suchen. Hier kann die Reittherapeutin als ergänzende Unterstützung der Selbstheilungskräfte selbstständig und eigenverantwortlich tätig werden. In diesem Fall hat sie eine besondere Verantwortung, weitergehenden medizinischen oder psychotherapeutischen Bedarf zu erkennen und den Klienten an eine geeignete Stelle weiter zu leiten.

**Die Pferdegestützte Therapie ist den tiergestützten und ebenso den körperorientierten Maßnahmen zuzuordnen. In einer humanistischen Grundhaltung wird von dem positiven Entwicklungspotential des Menschen ausgegangen und sich dem Menschen in einer klientenzentrierten Grundhaltung der Akzeptanz, Empathie und Kongruenz zugewandt.**

Die weiterführende Ausrichtung der Fachkräfte speist sich in der Regel stark durch den Grundberuf und ihre individuelle therapeutische Ausrichtung.



# KAPITEL 1

# **1. Theoretische Hintergründe und Wirkungsweisen der Pferdegestützten Therapie**

Pferde begleiten den Menschen schon seit mehreren Jahrtausenden und haben dessen Entwicklung maßgeblich geprägt. Pferde stehen für Kraft, Stärke, Ausdauer und Schönheit. Das Pferd kann für dem Menschen Partner sein, denn es bietet die Möglichkeit einer intensiven Beziehungsaufnahme. Es ordnet sich trotz seiner Größe und Kraft dem Menschen unter, fordert aber auch Vertrauen und klare Führung. Diese Dynamiken zusammen mit der Fähigkeit des Pferdes, den Menschen auf seinem Rücken zu tragen, bilden die Grundlage der Pferdegestützten Therapie.

## **1.1 Begriffsbestimmung Pferdegestützte Interventionen**

Bereits seit über 50 Jahren werden Pferde in Deutschland in Therapie und Pädagogik fachlich eingesetzt. Zuerst vor allem auf funktionaler Ebene zur Förderung körperlicher Funktionen durch das Schritt-Reiten. Zu Beginn war der Einsatz stark medizinisch geprägt, seit etwa 30 Jahren steht die psychische und damit ganzheitliche Wirkung der Pferde und des Reitens gleichwertig im Vordergrund.

Der Begriff des therapeutischen Reitens wurde in den letzten Jahren durch den Begriff der Pferdegestützten Therapie und Pädagogik oder der Pferdegestützten Interventionen ersetzt (u. a. Riedel, 2011).

Unter dem **Begriff Pferdegestützte Interventionen** werden alle therapeutischen und pädagogischen Arbeitsweisen zusammengefasst, die das Pferd einsetzen. Dazu gehören die (heil-)pädagogische Förderung mit dem Pferd, Ergotherapeutische Behandlung mit dem Pferd, Reittherapie, Reitpädagogik, Pferdegestützte Psychotherapie und Hippotherapie. In der Pferdegestützten Therapie steht nie das Reiten an sich oder gar der Reitsport im Vordergrund. Das Reiten, sowie der Umgang und die Aktivitäten mit dem Pferd werden für eine pädagogische oder therapeutische Zielformulierung genutzt.

Es handelt sich demnach um eine pädagogische oder therapeutische Intervention, die mit und auf dem Pferd umgesetzt wird.

Unabhängig von der im Fokus stehenden Ausrichtung der Fachkraft wirkt sich das Pferd auf den Menschen als Ganzes aus. Neben den körperlichen Wirkungen spricht es den Menschen emotional an und fordert von ihm Handlungen sowie Interaktion im **Hier und Jetzt**. Durch das Pferd als Beziehungspartner und Reittier verbindet sich auf besondere Weise die Arbeit mit Körper und Geist, so dass hier von einem **ganzheitlichen Ansatz** gesprochen werden kann.

Dieses Buch beschränkt sich auf eine Auseinandersetzung mit der Pferdegestützten Therapie im Sinne der Reittherapie. Dies ist ein Ansatz mit psychologischtherapeutischem Schwerpunkt, der typischerweise als Einzelintervention in der Triade Klient-Pferd-Therapeut\*in oder in einer therapeutischen Kleingruppe umgesetzt wird.

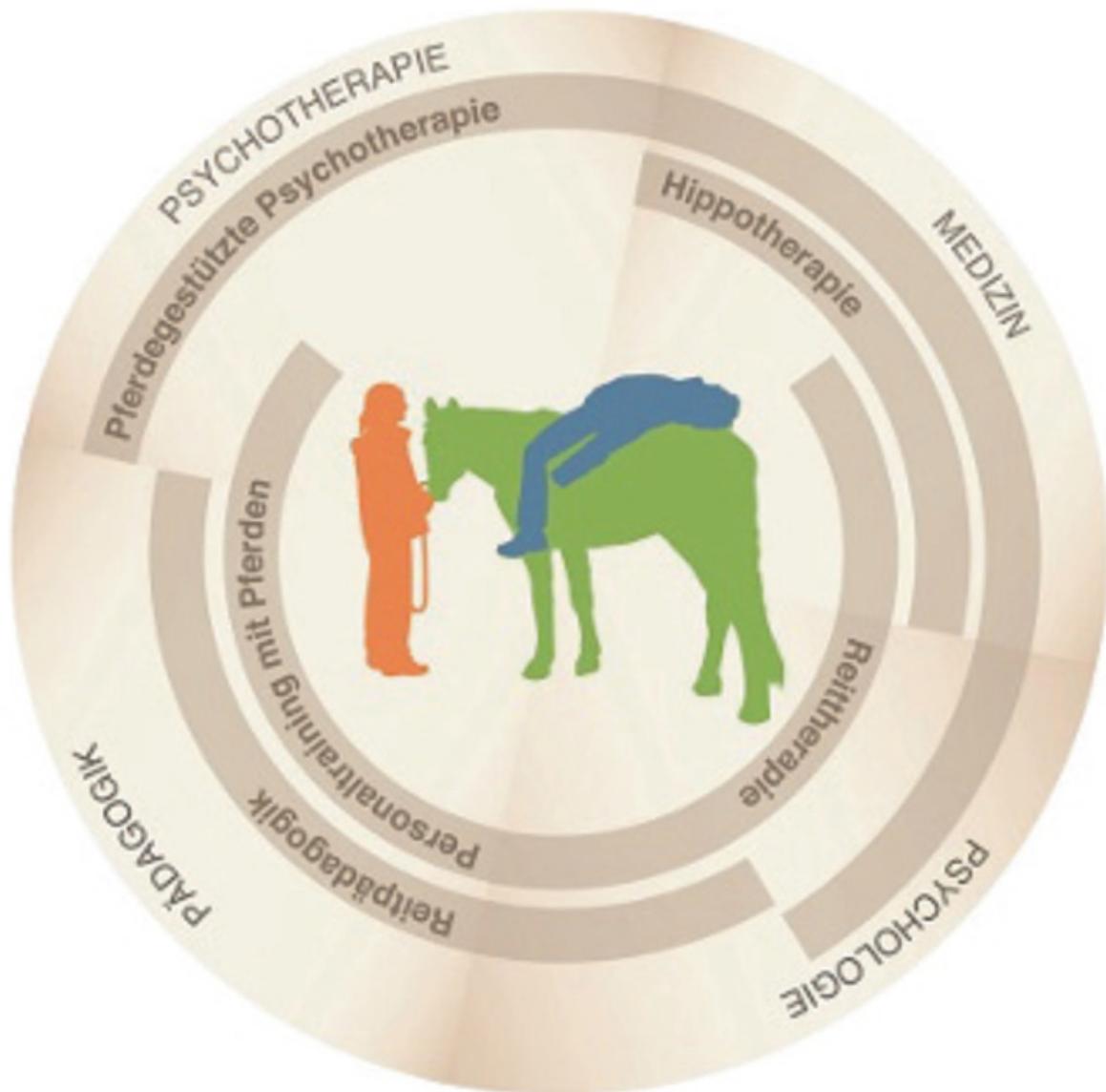


Abbildung 1: Begrifflichkeiten in der Pferdegestützte Interventionen

## 1.2 Tiere als therapeutische Begleiter

Die Grundlage der Pferdegestützten Therapie sind die Annahmen aus der Tiergestützten Therapie. Zu Beginn steht die These des Soziobiologe Edward O. Wilson in den 80er Jahren, dass der Mensch aufgrund seiner evolutionären Entwicklungsgeschichte eine biologische Affinität zur

Beziehungsaufnahme mit Tieren hat (Wilson, 1984). Dies wird als **Biophilie-Hypothese** bezeichnet.

Entscheidend für die Entstehung einer Beziehung zwischen Mensch und Tier ist das Vorhandensein einer **Du-Evidenz, das heißt einer offenkundigen Beziehungsaufnahme und -gestaltungsmöglichkeit**. „Sie funktioniert im Verhältnis zu Tieren – wenigstens zu für Menschen ausdrucksfähigen Tieren, im Gegensatz etwa zu Insekten – ebenso gut wie im zwischenmenschlichen Kontakt und bedarf keiner Sprache“ (Schmitz, 1992, S. 342).

Daher wählt der Mensch häufig als Heimtier solche Tierarten aus, in deren Körpersprache und Ausdruck sich der Mensch wiedererkennen kann, z. B. Freude, Furcht und Neugierde lesbar sind (vgl. Rhein, 1994, S. 27). Sozial lebende Tiere eignen sich besonders gut zum Aufbau einer Du-Beziehung. Menschen und Tiere wollen gleichermaßen eine Beziehung eingehen, um daraus emotionale und soziale Grundbedürfnisse stillen zu können (ebd.). Die Du-Evidenz gegenüber einem Tier äußert sich darin, dass der Mensch im Tier einen Kameraden sieht, der nahezu menschliche Qualitäten besitzt. Dafür spricht auch die Tatsache, dass Menschen ihren Tieren Namen geben. Dadurch wird das Tier zu etwas Besonderem. Es ragt aus der Masse seiner Artgenossen heraus, wird zum Individuum, gleichsam zu einem Familienmitglied (Greiffenhagen, 1991, S. 26).

Aus dieser Du-Evidenz heraus ergibt sich die **Antropomorphisierung**, also die Vermenschlichung von Tieren, die auch therapeutisch nutzbar ist. Den Tieren werden hierbei aufgrund teils ähnlicher Verhaltensweisen und Ausdrucksformen, menschliche Gedanken und Handlungsweisen sowie emotionale Zustände zugesprochen. In der heutigen westlichen Gesellschaft wird dies besonders deutlich, da insbesondere Haustiere häufig

als Partner und Freunde angesehen und ihnen menschliche Eigenschaften zugeschrieben werden.

An dieser Stelle soll die Diskussion eingebracht werden, die unter Verhaltensbiologen geführt wird und die in die Auseinandersetzung mit der Antropomorphisierung einbezogen werden sollte.

Verhaltensbiologen beschreiben vermehrt die dem Menschen ähnelnden Verhaltensweisen sowie differenzierte emotionale Reaktionen und Befindlichkeiten bei Tieren. So kann das Buch des Verhaltensbiologen Norbert Sachser (2018) als wegweisend angesehen werden. Er schreibt, dass in „der Verhaltensbiologie eine Revolution des Tierbildes stattgefunden“ hat (Sachser, 2018, S.15). Diese hat seiner Meinung nach weitreichende Folgen für das Selbstverständnis des Menschen ebenso wie für seine Beziehung zu Tieren. „Noch vor Jahrzehnten lauteten zwei wesentliche verhaltensbiologische Dogmen: Tiere können nicht denken, und über ihre Emotionen können keine Aussagen getroffen werden. Heute hält dieselbe Wissenschaft beide Aussagen für falsch und vertritt das genaue Gegenteil: Tiere mancher Arten sind zu einsichtigem Verhalten fähig; sie können denken. Sie erkennen sich im Spiegel, und bei ihnen sind zumindest Ansätze von Ich-Bewusstsein vorhanden. Tiere mancher Arten haben Emotionen, die denen des Menschen bis in verblüffende Details vergleichbar sind. Dieselbe Situationen, die in uns positive oder negative Gefühle hervorrufen, zum Beispiel, wenn wir uns verlieben oder von einem Partner trennen, bewirken dies offenbar auch bei unseren tierlichen Verwandten“ (ebd., S. 15). „Letztlich erscheinen auch Tiere bei näherer Betrachtung individualisiert, und deshalb wird in der Verhaltensbiologie mittlerweile von Tierpersönlichkeiten gesprochen“ (ebd., S.17). Dies würde der Einschätzung aus der Pferdegestützten Literatur widersprechen, dass es sich bei dem Bild des emotional tragenden, annehmenden und

wertungsfrei akzeptierenden Pferdes um eine antropomorphe Einschätzung handelt (Opghen-Rhein, 2011, S. 34). So greifen viele Autoren das Thema Tier in den letzten Jahren auf und tragen dazu bei, dass der Blick auf Tiere sich ändert. „Die verborgene Seele der Kühe“ lautet der Titel eines Buchs von Jeffrey M. Masson, einem Psychoanalytiker, der über das Seelenleben verschiedener Säugetierarten schreibt. Der Philosophieprofessor Markus Wild von der Universität Basel geht soweit, Tieren „Menschenrechte“ zusprechen zu wollen. Als basale Rechte formuliert er die Freiheit von Leid, das Recht auf Leben und Bewegungsfreiheit (vgl. Wild, 2018).

In der Ähnlichkeit, die der Mensch im Tier sieht, fühlt er Verbundenheit mit der Welt und mit der Natur. Er sieht sich durch die Interaktionsmöglichkeiten mit einem Tier in Resonanz mit der Umgebung, auch der nicht-menschlichen, die sonst oft in einem verstädterten Umfeld wenig greifbar scheint. Das **Resonanzerleben** ist sicher auch ein Grund für den großen Zuspruch, den sowohl tiergestützte Angebote als auch Haustiere an sich erfahren.

An diese Überlegungen, dass besonders Säugetiere im Allgemeinen sehr viele Eigenschaften und Gefühlslagen mit dem Menschen gleich haben, soll auch noch die recht neue Auffassung zur „Selbstdomestikation“ von (Haus)Tieren beigefügt werden. In dem besonders lesenswerten Buch von Reicholf und Schalansky (2017) wird von den Biologen eine These vertreten, die für die tiergestützte Therapie von besonderer Bedeutung ist. Sie gehen davon aus, dass sich unsere Haustiere (zu denen auch die Nutztiere gehören, also alle Tiere, die wir in unserem nahen sozialen Umfeld halten) nicht durch reine Zwangsdomestikation zu Haustieren wurden, sondern durch Selbstdomestikation. Auch wenn der Mensch die Tiere über Jahrtausende mit Zäunen umgrenzt, in Ställen untergebracht und sie mit viel Aufwand in seinem

Sinne gezüchtet hat, so muss sich am Beginn der Domestikation diese Tierart von selbst dem Menschen genähert haben. Reicholf und Schalansky gehen davon aus, dass sich einzelne Individuen dieser Tierarten (darunter fallen auch Wölfe und Pferde) dem Menschen von selbst genähert haben, den Kontakt zum Menschen gesucht haben und sich dann haben zähmen lassen. Dieser Gedanke der freiwilligen Hinwendung zum Menschen kann die Grundlage sein, weshalb sich Haustiere, individuell in unterschiedlich starkem Ausmaß, dem Menschen von sich aus zuwenden. Daraus lässt sich der Gedanke ableiten, dass es nicht nur eine positive Hinwendung des Menschen zum Tier gibt, sondern auch eine freiwillige und positive Hinwendung des Tieres zum Menschen, was ihm genetisch mitgegeben ist.

Daraus kann auch die These abgeleitet werden, dass das Tier in der gemeinsamen Entwicklungsgeschichte gelernt hat, den Menschen „zu lesen“ und seine Verhaltensweisen einzuschätzen. Es wird später im Buch noch einmal berichtet, dass Pferde am Gesichtsausdruck des Menschen erkennen, ob dieser positive oder negative Gefühle ausdrückt. **Diese Annahme unterstützt die Sichtweise, dass es tatsächlich eine wechselseitige Interaktion zwischen Mensch und Tier gibt.**

Die Kontaktaufnahme und das Kommunikationsangebot vom Tier ausgehend wird vom Menschen als „wertfrei“ empfunden. Auch das Pferd scheint sich im Erstkontakt positiv dem Menschen zuzuwenden (vgl. Gomolla, 2013a). Der Mensch fühlt sich durch das Tier angenommen, so wie er ist.

Anders als in der Interaktion mit anderen Menschen kann das Tier den Menschen „ohne Worte verstehen“. Das Tier nimmt intuitiv Stimmungen wahr und fängt **nonverbale** Signale wie Blicke, Gesten, Bewegungen und Berührungen

auf. Beim Einsatz der Sprache reagiert es auf Stimmmodulation und Sprechrhythmus.

Beim Zusammensein mit Tieren kann der Mensch **Selbstwirksamkeit** erleben. Dies sollte natürlich in einer positiven und kommunikativen Art geschehen. Der Mensch zeigt ein Verhalten und das Tier reagiert auf dieses Verhalten. Auf diese Reaktion folgt wiederum eine Reaktion des Menschen. So entsteht ein kommunikativer Prozess, in dem beide Interaktionspartner Selbstwirksamkeitserfahrungen machen können. Selbstwirksamkeit ist ein zentraler Aspekt beim Erleben von Resonanz. Einen liebevollen, achtenden und wertschätzenden Draht zur Welt zu haben bewirkt einen Zufriedenheits- oder auch Glückszustand (vgl. Rosa, 2017). Im Zusammensein mit Tieren können Entfremdungserfahrungen vermieden werden, da in der Interaktion ein starkes Schwingen mit der Umgebung gespürt werden kann.

Es gibt einige Hinweise für Wirkungen zwischen Tier und Mensch auf physiologischer und psychischer Ebene. Studien haben gezeigt, dass die bloße Anwesenheit von Tieren die Herzfrequenz erniedrigt und den Blutdruck absenkt - **Tiere haben demnach eine beruhigende Wirkung auf den menschlichen Organismus** (Katcher & Beck, 1983). Die Einstellung, welche Menschen gegenüber Tieren haben, beeinflusst die beruhigende Wirkung: Der Blutdruck von Personen, die Tieren gegenüber positiv gestimmt sind, sank stärker ab als der Blutdruck von Personen mit eher negativen Einstellungen. Es war dabei nicht entscheidend, ob die Personen auch Besitzer der Tiere waren.

In einer Studie von Friedmann (2000) ließen sich bei Probanden, die mit Tieren interagierten, weniger Stressindikatoren nachweisen als bei der Interaktion mit Menschen. Die psychischen Effekte tiergestützter Therapie