



Was ist Reittherapie und was kann diese leisten ?

Einführungsvortrag zum
3. Biedersteiner Programm
*„Mit Schmerzen aufs Pferd?!
Psychosomatik und Reittherapie im Dialog“*

München, 15. Juli 2009, Klinikum am Biederstein

Sollten Sie den Artikel oder Teile davon weiterverwenden, so zitieren Sie den Artikel wie folgt:

Gomolla, A. (2009): Was ist Reittherapie und was kann diese leisten?. Vortragskript zum 3. Biedersteiner Programm: „Mit Schmerzen aufs Pferd?! Psychosomatik und Reittherapie im Dialog“, München.

© Copyright

Alle Informationen, Grafiken, Bilder und sonstige Daten dieser Publikation unterliegen dem Urheberrecht und sind durch Gesetze zu diesem und/oder geistigem Eigentum geschützt. Sofern nicht ausdrücklich genehmigt, ist die Vervielfältigung von Informationen, Bildern oder Dokumenten aus dieser Publikation in irgendeiner Form ohne eine vorherige schriftliche Erlaubnis des IPThs untersagt.

Teile oder der gesamte Text dürfen nur mit Hinweis auf vorstehende Zitation veröffentlicht werden.



Guten Abend meine Damen und Herren,

es freut mich, dass Sie so zahlreich erschienen sind und sich für dieses –für manche vielleicht ungewöhnliche Thema der Reittherapie - interessieren.

Mein Dank gilt Herrn Hüttl und Frau Landrock, die mich zum Impulsreferat für diese Veranstaltung eingeladen haben.

I. Pferde – außergewöhnliche Tiere mit ungewöhnlichem therapeutischem Potential

Mit Schmerz aufs Pferd?! So lautet die provokante Frage sowie Ausruf dieses Biedersteiner Podiums. Aber ja! Möchten wir Reittherapeuten zurückrufen! Und die These vertreten, dass der Einsatz von Pferden bei vor allem seelischem Schmerz und Leiden und daraus resultierenden psychischen und psychosomatischen Störungen einen besonderen, noch völlig unterschätzten Beitrag zu leisten im Stande sind!

Sie können zu Recht fragen:

- warum denn Pferde, was können sie leisten?
- Sind denn der Aufwand und die Kosten für diese additive Therapieform gerechtfertigt?

Seite 2

Darauf möchte ich einige Impulse liefern, um Ihnen ein Verständnis für den therapeutischen Einsatz von Pferden zu ermöglichen.

1. Pferde sind Fluchttiere, das erkennt man u.a. an ihrer Augenstellung seitlich am Pferdekopf. Sie greifen keine anderen Lebewesen an, jagen nicht, sondern flüchten bei kleinsten Anzeichen von Gefahr und
2. Pferde sind gleichzeitig groß, stark und kraftvoll, sehr schnell und können wild und unkontrolliert sein (das kann man erleben wenn Pferde neu in eine Herde kommen oder wenn die Tiere auf der Weide sind und es windet oder ist kalt).

Das bedeutet, sie repräsentieren Ängstlichkeit und provozieren dies gleichzeitig auch bei vielen Menschen; das ist eine besonders spannende Kopplung für unsere Arbeit, die in dieser Form nur das Pferd bieten kann.

Im Weiteren sind folgende Punkte zu nennen:

- Das Pferd ist durch die intensive Domestikation auf den Menschen bezogen und ist in unseren Haltungsformen auch vom Menschen abhängig. Dennoch lässt sich ein Pferd nicht ganz einfach dressieren, es bedarf Geschick und Erfahrung und sie bleiben immer unabhängiger als z.B. Hunde im Zusammenleben mit dem Menschen. Diese Unabhängigkeit der Pferde und ihre gleichzeitige Unterordnung sind für viele Menschen faszinierend!



- Pferde sind sehr sensibel in ihrer Wahrnehmung, dadurch dass Sie Fluchttieren sind. Auch auf den Menschen reagieren sie natürlich so sensibel. Oft werden Pferde als Spiegel unserer Seele bezeichnet; um es naturwissenschaftlicher auszudrücken reagieren Pferde auf kleinste Veränderungen in der Körperhaltung und Muskelspannung beim Menschen und, das wissen nicht nur Körpertherapeuten, unser Körper ist Ausdruck unserer inneren Verfassung.
- Pferde benötigen im Umgang Klarheit und Führung, sonst übernehmen sie die Oberhand. Daher kann der Umgang mit ihnen die Persönlichkeit bilden und uns innere Haltungen und Unklarheiten in der daraus resultierenden Körpersprache deutlich machen.
- Und noch ein paar Stichpunkte: Pferde bieten großflächigen Körperkontakt, Pferde sind Motivationsträger, viele Menschen, nicht nur Kinder, verspüren eine Anziehung zu diese Lebewesen, dabei ist die Möglichkeit das Pferd als Reittier einzusetzen eine der Haupt-Anziehungspunkte!

II. Pferde in Kunst und Literatur- Facetten der Pferde im Laufe der (kulturellen) Entwicklung

Was verbindet uns Menschen so im Besonderen mit dem Pferd?

Seite 3

Es ist spannend, sich mit dem Pferd in Kunst und Literatur zu beschäftigen. Hierbei wird deutlich, welchen Stellenwert das Pferd in der Geschichte der Menschen und ihrer Kultur einnimmt. Das Pferd als Tier in Mythen und Sagen zu finden, als Windrösser, Geister- und Totempferde, Pferd als Statussymbol, Arbeitstier, Kriegstier und Freizeitpartner. Keine Generation und keine Kultur kommt ohne das Pferd in verschiedensten Darstellungsformen aus. Häufig wird das Pferd vermenschlicht, ihm zumeist positive Eigenschaften zugeschrieben wie weise, stolz oder freundlich. Die Verankerung des Pferdes ist kulturübergreifend, so wirken diese besonderen Tiere eben auch auf Menschen aller Altersstufen und kulturellen Hintergründe. Zu allen diesen kurz aufgezählten Punkten ließen sich Vorträge halten, an dieser Stelle möchte ich eine Idee geben zum Einsatz von Pferden in der Therapie im Hinblick auf das Pferd als Statussymbol. Die Klienten empfinden es immer wieder als etwas Außergewöhnliches, mit den Pferden zusammen sein zu dürfen. Sie fühlen sich geehrt und als etwas Besonderes. Ein wichtiger Punkt zur Steigerung des Selbstwertgefühls und daraus resultierenden psychischen Stabilität. Schon im Alten Testament wird zu diesem Punkt der Ehrung durch das Pferd geschrieben:

„Deshalb sagte Haman zum König: Wenn der König einen Mann besonders ehren will, lasse er ein königliches Gewand holen, das sonst der König selbst trägt, und ein Pferd, auf dem sonst der König reitet und dessen Kopf königlich geschmückt ist. Das Gewand und das Pferd soll man einem der vornehmsten Fürsten des Königs geben, und er soll den Mann, den der König besonders ehren will, bekleiden, ihn auf dem Pferd über den Platz der Stadt führen und vor ihm ausrufen: So geht es einem Mann, den der König besonders ehren will.“

(Buch Ester 6, 7-9)



III. Die Felder des therapeutischen Reitens

Nun möchte ich Ihnen einen kurzen Überblick geben zu den Bereichen des therapeutischen Reitens. Es lässt sich aufteilen in fünf große Bereiche: die Reittherapie (sowie das psychotherapeutische Reiten als Spezifizierung in der Reittherapie ausgeübt von Psychotherapeuten), die Reitpädagogik, die Hip-
potherapie sowie das Reiten als Sport für Behinderte. In allen diesen Bereichen wird das Pferd in der Arbeit mit körperlich und geistig behinderten, psychisch kranken Menschen oder solchen mit speziellem Förderbedarf eingesetzt. Dennoch sind es sehr unterschiedliche Arbeitsweisen, über welche eine größere Aufklärung unter Fachleuten sowie Klienten wichtig wäre.

- Das Reiten als Sport für Behinderte setzt das Pferd im sportlichen Reiten ein. Es geht vorrangig darum, welche Hilfsmittel zur Verfügung gestellt werden müssen, um die Menschen mit Handicap sportliches Reiten zu ermöglichen. Einen tieferen therapeutischen Sinn hat es nicht und ist daher auch nicht als Therapiemaßnahme geeignet.
- Die Hip-
potherapie bezeichnet krankengymnastische Behandlung auf dem Pferd. Es wird als „Unterlage“ eingesetzt, die Schwingungsimpulse des Pferdes im Schritt ausgenutzt, um eine Lockerung des Beckens sowie eine Tonusregulierung und Rumpfaufrichtung zu erlangen. Die Hip-
potherapie arbeitet funktional an körperlich ausgerichteten Therapiezielen mit körperlich eingeschränkten Personen.
- Die Reitpädagogik gibt es unter verschiedenen Begrifflichkeiten, hierzu zählen zum Beispiel das heilpädagogische Reiten und Voltigieren oder die erlebnisorientierte Reitpädagogik. Mit unterschiedlichen pädagogischen Ansatzpunkten wird mit Kindern und Jugendlichen in Gruppen gearbeitet, um sie an die Natur und das Lebewesen Pferd heranzuführen und Bewegung sowie Handlungskompetenzen und Sozialkompetenzen zu schulen. Im Bereich der Reitpädagogik gibt es verschiedene Ansätze, diese reichen von geführtem Reiten in der Halle, über integrative Voltigiergruppen, die auch einen gewissen Leistungsaspekt mit sich bringen, bis hin zu Indianerlagern und Wanderritte mit den Pferden. In reitpädagogische Angebote sollten Kinder und Jugendliche eingebunden werden, die psychisch gesund entwickelt sind und unter pädagogischer Anleitung den partnerschaftlichen Umgang mit dem Pferd erlernen sollen, wobei nicht das Reiten lernen im Vordergrund stehen sollte. Menschen mit Lernbehinderungen oder Verhaltensauffälligkeiten können in diese Angebote integriert werden.
- Die Reittherapie bezeichnet den Einsatz von Pferden als Co-Therapeuten bei Menschen mit psychischen Erkrankungen und geistigen Behinderungen. Reittherapeuten müssen speziell für dieses Klientel geschult sein, um verantwortungsvoll der Pferd einsetzen zu können.



IV. Die moderne Reittherapie oder pferdegestützte Therapie

An dieser Stelle soll näher auf die Reittherapie eingegangen werden, welche auch als pferdegestützte Therapie bezeichnet werden kann. Der letztere Begriff wird im englischsprachigen Raum gerne benutzt (equine assisted therapy) und hat sich in der englischen Fachliteratur gut durchgesetzt.

Die Reittherapie lässt sich ansehen als eine Therapieform, die zwei Aspekte vereinigt: die tiergestützte Therapie und die Körpertherapie.

Das Pferd kann als Lebewesen genutzt werden, zu welchem Beziehung aufgenommen und gestaltet werden kann, das sind die Grundpfeiler der tiergestützten Arbeit. Weiterhin ist das Pferd ein Reittier, dies macht einen wichtigen Teil der Motivation der Klienten aus.

Auf dem Pferd ist es möglich, in ein passives „Bewegtwerden“ hineinzukommen, dies ist in der Reittherapie in allen Gangarten möglich. Der Schritt ist eine entspannenden Gangart, die vor- und- zurück Bewegung des Geschaukelt werden ist ein psychisch einzigartiges Gefühl des Getragen Werdens. Der Trab bietet Aktivierung, ein Großteil der Kinder aber auch Erwachsenen fängt beim Trab spontan an zu lachen! Der Galopp ist eine schaukelnde Bewegung, die Schnelligkeit mit sich bringt! Eine wirkliche Herausforderung für alle Klienten und umso größerer Stolz bei der Bewältigung und Angstüberwindung!

Als Weiteres wird mit und auf dem Pferd natürliche aktive Bewegung durch den Klienten möglich. Die Pferde führen, putzen und auf dem Pferd in eigene Bewegung kommen durch leichte Voltigierübungen, das alles fordert nicht nur körperlich Kraft, Ausdauer, Konzentration und Balance, sondern auch intrinsische Motivation, Freude und das Wahrnehmen der eigenen Körperlichkeit.

Als therapeutische Grundlagen der Reittherapie bietet sich die humanistische Psychologie und daraus entstandener Klientenzentrierung an, mit den Ansichten über die Unterstützung von Ressourcen, Aktivierung von Potentialen im Klienten und einer partnerschaftlichen Begleitung in der Therapie. Empathie, Kongruenz und Akzeptanz sind für unsere Arbeit die Grundpfeiler, wir nutzen das Lernen in der direkten Erfahrung und das Pferd als Motivationsträger für Lernprozesse.

An dieser Stelle ein paar Worte zu den Pferden. Sie werden für die Reittherapie artgerecht gehalten in einer Kleingruppe mit viel Bewegung auf der Weide oder in einem Laufstall. Sie werden nicht dressiert, wenn auch gut erzogen! Die Ausrüstung der Pferde für die Arbeit ist ausgerichtet auf das Klientel wie auch auf das Pferd, so sind wir dafür verantwortlich, Stress und körperliches Unwohlsein vom Pferd fernzuhalten. Freier Kontakt wird in der Therapie zugelassen, in dem sich das Pferd eigenständig auf den Menschen zu und wieder wegbewegen kann. Die Reittherapie erfolgt vorrangig draußen auf dem Platz oder in der Natur, diese Faktoren wirken dabei auch therapeutisch! Reiten erfolgt so, dass es dem Pferd nicht schadet, d.h. mit funktionaler Ausrüstung damit der Rücken und das Pferdemaul geschont werden (z.B. druckverteilendes Sitzkissen, gebisslose Zäumung).

Als besondere Form der Körpertherapie wird das Pferd als wirklicher Co-Therapeut eingesetzt und im Vorfeld so geschult, dass er sensibel auf die Gefühlslagen der Klienten reagiert und sein sensibles Wesen einsetzt. Eine These wären hierzu, dass in der körperorientierten Reittherapie das starke gefühlsmäßige Erleben durch das Lebewesen Pferd wachgerufen wird. Dies gelingt über den großflächigen Körperkontakt gepaart mit der wertfreien Haltung des Pferdes gegenüber Emotionen wie auch Lebenshintergründen.

Nun möchte ich abschließend noch einige Stichpunkte zur Ideengebung anfügen:

- **Erlebnisse wirken lassen**
- **Keine vorgefertigter Übungen**
- **Raum geben für spontane und autonome Verhaltensweisen und Äußerungen des Klienten**
- **Vertrauen aufbauen**
- **Handlungsabläufe schulen und dadurch neue Fähigkeiten aufbauen**
- **Sprachprozesse über Motorik anregen**
- **Den Körper des Pferdes wahrnehmen**
- **Den eigenen Körper spüren**
- **Gewicht abgeben**
- **Entspannung**
- **Gedanken und Gefühle kommen lassen und wahrnehmen**
- **Achtsamkeit**
- **Positive Gefühle verankern**

Mit diesen Stichpunkten möchte ich Sie in eine anregende Diskussion über die Einsatzmöglichkeiten der Reittherapie entlassen.

Seite 6

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Impressum

Herausgegeben vom Institut für Pferdegestützte Therapie (IPTh) – Weiterbildungsinstitut für Pferdegestützte Therapie und Pädagogik

Redaktion & verantwortlich für den Inhalt: Annette Gomolla

® Markenschutz

Das Logo des IPTh – Institut für Pferdegestützte Therapie ist eine eingetragene Wort-/Bildmarke.

© IPTh 2014

Alle Informationen, Grafiken, Bilder und sonstige Daten dieser Publikation unterliegen dem Urheberrecht und sind durch Gesetze zu diesem und/oder geistigem Eigentum geschützt. Sofern nicht ausdrücklich genehmigt, ist die Vervielfältigung von Informationen, Bildern oder Dokumenten aus dieser Publikation in irgendeiner Form – sei es auch nur Auszugsweise – ohne eine vorherige schriftliche Erlaubnis des IPThs untersagt.

**Institut für Pferdege-
stützte Therapie (IPTh)**

Bruder-Klaus-Straße 8
78467 Konstanz

Tel.: 07531/3620491
Fax: 07531/3620496
www.ipth.de
info@ipth.de

Ansprechpartner:
Dr. Annette Gomolla
Dirk Bokalawsky
Julia Bär