

Der ua. Artikel erschien im Juni Heft der Zeitschrift Systeme, Jg. 24, S.55 - 76.

Die Veröffentlichung an dieser Stelle erfolgt mit Genehmigung der Zeitschrift Systeme der Österreichischen Arbeitsgemeinschaft für systemische Therapie und systemische Studien.

## **Das Pferd im systemischen Kontext**

AutorInnen:

Robert Koch

Dipl.Ing. Annette Gehart

Christine Karrer

### **Deutsch Kurzfassung:**

Pferde begleiten den Menschen schon seit Jahrtausenden. In den letzten Jahrzehnten gewann das Pferd im Bereich der Hippotherapie, der heilpädagogischen Förderung mit dem Pferd (früher Voltigieren) und zunehmend auch in psychotherapeutischen Behandlungsverfahren. Monty Roberts legte mit seinem Werk „Das Wissen der Pferde“ einen Grundstein für den Bereich des Mitarbeiter-Coachings und der Unternehmensberatung.

Der Kontakt mit der Sensibilität dieser Tiere ermöglicht Menschen wichtige Rückmeldungen über ihr eigenes Verhalten. Pferde „spiegeln“ sozusagen menschliche Befindlichkeiten. Aber nicht nur die Selbsterfahrung an sich, sondern auch die Möglichkeiten diese Erkenntnisse in den Alltag zu transferieren, gewinnen immer mehr Bedeutung.

Pferde leben im System „Herde“ und reagieren feinfühlig auf Veränderung in ihrem Bereich. Sie sind bereit, unter für sie günstigen emotionalen Umständen, sich an Menschen anzuschließen. Da sie zudem klar, spontan und unmissverständlich auf menschliches Verhalten reagieren, sind sie im Bereich der systemischen Arbeit (Psychotherapie, Supervision und Coaching) eine wichtige Erweiterung. In den im Anhang beschriebenen Fallbeispielen wird versucht, dies näher zu erklären.

Nicht die Arbeit mit Klientinnen am Pferderücken, sondern die Arbeit mit dem Pferd am Boden liefert uns neue hilfreiche Einsichten.

In den letzten Jahren entstand durch EAGALA (equine assisted growth and learning association) ein qualifiziertes Ausbildungsverfahren mit systemischer Orientierung.

Schlüsselwörter:

Achtsamkeit, Feinfühligkeit, in Kontakt kommen, Transfer von Erfahrungen, Selbstwahrnehmungstraining.

### **English Abstract:**

Horses in a systemic context

Horses have been man's companion for thousands of years. In the last decade they have become important in the field of hippo therapy and

therapeutic pedagogy. However, more and more they are being used for psychotherapy and management consultancy.

Contact with these sensitive animals allows people to get important feedback on their own behavior. Horses mirror the inner feelings of the person in contact with them. However, they also enable people to transfer this knowledge and experience into their everyday life. Horses live within a system known as a "Herd" and react very sensitively to changes in their surroundings.

When horses feel emotionally secure they are able to adapt to human behavior. They are spontaneous and clear in their decision-making which makes it very easy for people to understand them. All these attributes increase the scope of work in the area of systemic physiotherapies. At the end of this article you will find some case studies demonstrating the above hypothesis.

The client's experience on the horse's back is not the important part, working with the horse on the ground leads to a better understanding and learning experience. In recent years the teaching of this practice has been developed with a systemic orientation giving rise to a professional qualification (equine assisted growth and learning association).

Keywords:

Mindfulness, delicacy of feeling, to get in contact, transfer of experience, support of selfawareness

Der folgende Beitrag ist in zwei Bereiche gegliedert:

Im ersten Teil befasst sich Robert Koch mit den theoretischen Grundlagen: warum und wie man sich Pferde im (psycho)therapeutischen Bereich nutzbar machen kann.

Der zweite Teil beinhaltet Fallbeispiele von Robert Koch und Christine Karrer zur Arbeit mit Klientinnen\*1 und Pferden am Boden sowie den reittherapeutisch/systemischen Zugang von Annette Gehart in ihrer Geschichte über eine Kinderpsychotherapie.

## **Robert Koch - Pferde - Allgemein:**

Es war vor etwa 10 Jahren als meine Tochter, wohl wie viele Mädchen im Volksschulalter, sich für Pferde und fürs Reiten zu interessieren begann. Ich verbrachte eine Menge Zeit wartend am Pferdehof und beobachtete mit wachsendem Interesse die Pferde auf den Koppeln, ihr Miteinander, ihr Gerangel, ihr soziales Verhalten.

Es erinnerte mich an Situationen aus meinem Arbeitsumfeld: KlientInnen, die zu Familientherapien in meine Praxis kommen, an Supervisionsgruppen bzw. auch an einige Teams, denen ich selbst angehörte und angehöre.

Das war der Ausgangspunkt für meine intensivere Beschäftigung mit dem Pferd als Wesen und der Ähnlichkeit seines Gruppenverhaltens zum menschlichen Sozialverhalten.

Pferde wurden im Lauf der Geschichte ein wichtiger Teil unserer Lebenswelt.

Sie sind heute noch als sogenannte Gebrauchs- und Reitpferde im Einsatz, in einigen Ländern werden sie zum Zusammentreiben des Viehs benötigt, in schwer erreichbaren Gebieten als Zugtier und als Kutschenpferd.

Im Bereich der Pädagogik, Medizin und der Psychotherapie werden Pferde immer stärker in die therapeutischen Beziehungssysteme von KlientInnen und TherapeutInnen eingebunden. Die heilpädagogische Förderung und die Hippotherapie sind weit verbreitet im pädagogischphysiotherapeutischen Bereich. Sie können bereits auf langjährige gute Erfahrungen und Ergebnisse zurückblicken. (Psychotherapie mit dem Pferd, Imke Urmoneit).

## **Heilpädagogische Förderung mit dem Pferd**

Es handelt sich bei der Heilpädagogischen Förderung mit dem Pferd um pädagogische, psychologische, psychotherapeutische, rehabilitative und soziointegrative Angebote mit Hilfe des Pferdes bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit verschiedenen Behinderungen oder Störungen. Bekannt sind hier insbesondere das heilpädagogische Voltigieren und Reiten.

Dabei steht nicht die reit- oder voltigiersportliche Ausbildung, sondern die individuelle und ressourcenorientierte Förderung über das Medium Pferd im Vordergrund. Eine günstige Beeinflussung der Persönlichkeitsentwicklung gehört insbesondere in den Bereichen Motorik, Wahrnehmung, Lernen, Befindlichkeit und Verhalten zu den Zielsetzungen. (<http://www.dkthr.de/therapie>)

## **Hippotherapie**

Darunter versteht man eine spezielle physiotherapeutische Maßnahme, für körperlich beeinträchtigte und kranke Personen. Das Pferd wird aufgrund seiner dreidimensionalen Rückenbewegung unter medizinischen Gesichtspunkten eingesetzt. Der direkt auf dem warmen, bewegten Rücken sitzende Mensch muss ständig aktiv auf diese speziellen Bewegungen reagieren. So werden Gleichgewicht, Koordination, Atmung, Sensorik und natürlich auch die Psyche in der Hippotherapie angesprochen. ([www.physiolife.at](http://www.physiolife.at) vom 30.12.09)

## **Reittherapie/Reitpädagogik**

Reittherapie ist ein aus dem Heilpädagogischen Reiten weiterentwickelter, differenzierter Bereich des Therapeutischen Reitens, der Elemente aus den Disziplinen Psychologie, Psychotherapie und Medizin einbezieht.

Bei der Reitpädagogik stehen das „partnerschaftliche“ Reiten und die nondirektive pädagogische Arbeit im Vordergrund, ein wachstumsförderndes Klima soll entwickelt werden. ([www.buecher.de/](http://www.buecher.de/) [www.reittherapie-sipplingen.de](http://www.reittherapie-sipplingen.de) vom 10.1.2010)

Neben diesen Anwendungsfeldern hat sich der Einsatz von Pferden in den letzten Jahren auch verstärkt im den Bereichen Unternehmensberatung und Coaching und in der Psychotherapie etabliert.

## **Was macht das Pferd so einzigartig?**

Pferde haben ein ausgeprägtes Sozialverhalten in der Herde, jedes Tier hat seinen festen Platz in der Rangordnung. Diese ist für die Sicherheit der (zum Teil noch frei lebenden) Herden notwendig und wird immer wieder aktualisiert. Sie wollen, durch ihr ständiges Gerangel Klarheit über Hierarchie und Führung (Krisch, 2008)

Pferde sind Fluchttiere und auch noch nach langer Zeit der Domestizierung tragen sie die Angst in sich, angefallen und getötet zu werden. Sie interpretieren jedes Signal und reagieren sofort auf einen Widerspruch ihres Gegenübers bezüglich innerer Absicht und dem Auftreten nach außen. Pferde haben kein über ihre Grundbedürfnisse hinausgehendes Ziel. Sie akzeptieren den Menschen wie er ist und haben keine Idee der Machtausübung oder Kränkung. Aus diesem Grund können Klientinnen Rückmeldungen von Pferden eher annehmen als von Menschen (Psychotherapie mit dem Pferd, Imke Urmoneit, 2005).

Arbeiten Menschen mit Pferden im Rahmen der Psychotherapie, wird auch das ausgebildete Pferd versuchen eine Rangordnung herzustellen. Nur wer selbstbewusst auf das Tier zugeht und dabei trotzdem auf dessen Eigenheiten eingeht, kann es auch dazu bewegen, etwa ohne Führungsseil mit zu kommen.

Zeigt sich der Mensch unsicher, wird es versuchen selbst die Führung zu übernehmen und den Weg zu bestimmen. Will der Mensch diese vom Pferd vorgenommene Rangordnung verändern, muss er an seiner Persönlichkeit arbeiten, denn eine nur äußerliche Veränderung, die keine wirkliche innere Grundlage hat, wird das Pferd nicht einordnen können. Der Mensch muss sich die Frage stellen, was er braucht um Selbstvertrauen zu entwickeln und was ihn möglicherweise bisher daran gehindert hat.

Freilebende Pferde leben immer in der Gefahr durch Geräusche Raubtiere auf sich aufmerksam zu machen. Um dem aus dem Weg zu gehen, hat die Natur sie zu Meistern der nonverbalen Kommunikation gemacht. Den Instinkt, explosionsartig flüchten zu können, tragen alle Pferde in sich ([www.dozenten-boerse.de/tools/download?dfID=2488](http://www.dozenten-boerse.de/tools/download?dfID=2488) vom 20.1.2010).

Die nonverbale Kommunikation erfolgt mit dem ganzen Körper. Die Lautsprache wird nur fallweise eingesetzt (ein leises Gebrumme, dient z.B. zur Begrüßung). Das „Hauptsprachorgan“ ist das Ohr, mit diesem kann das Pferd sehr viele Stimmungen ausdrücken (Aufmerksamkeit, Gereiztheit, Angst etc.). „Die Ohren verdeutlichen ohne Zweifel wo das Interesse liegt. Sie folgen den Augen und umgekehrt“ (Roberts, 2005, S 30).

An dieser Stelle sein erwähnt, dass der deutsche Begriff „gesunder Menschenverstand“ in der englischen Sprache mit „horse-sense“ übersetzt wird.

O´Conner/Seymour weisen in ihrem Buch über das Neurolinguistische Programmieren hinsichtlich gelungener Kommunikation auf bereits 1967 publizierte Ereignisse einer Studie bezüglich der Wirkung von Präsentationen, dass 55 % nonverbale Kommunikation, wie z.B.

Körpersprache, Gestik und Augenkontakt, ausmachen. (O  
Conner/Seymour, 2009, S 45).

Samy Molcho, der berühmte Pantomime, ein weiterer Spezialist der nonverbalen Kommunikation berichtet in seinen Forschungen, dass der nonverbale Anteil an unserer Kommunikation über 80 Prozent ausmacht ([http://de.wikipedia.org/zwischenmenschliche kommunikation](http://de.wikipedia.org/zwischenmenschliche_kommunikation) vom 9.12.09)  
Watzlawick, Jackson und Beavin schreiben in ihrem Buch „Menschliche Kommunikation“ im Kapitel - „Die Unmöglichkeit , nicht zu kommunizieren“ - „Es muss daran erinnert werden, dass das „Material“ jeglicher Kommunikation keineswegs nur Worte sind, sondern auch alle paralinguistischen Phänomene (wie z.B. Tonfall, Schnelligkeit oder Langsamkeit der Sprache, Pausen, Lachen und Seufzen), Körperhaltung, Ausdrucksbewegungen (Körpersprache) usw. innerhalb eines bestimmten Kontextes umfasst - kurz, Verhalten jeder Art (Watzlawick, Beavin, Jackson 1969, S 51)

## **Die Praxis**

In der praktischen Arbeit definiert die Klientin (Teams, einzelne Teammitglieder) stets vor Beginn der Einzelsitzung ihr aktuelles Ziel, ihr Anliegen. Das Pferd wird erst eingesetzt, wenn es einen klaren Auftrag gibt und die Methode dafür passend erscheint. Die Teilnahme an der Pferdearbeit ist stets freiwillig. In den Nachbesprechungen bzw. Folgesitzungen werden wichtige Erkenntnisse und der Transfer der Erfahrungen in den Alltag reflektiert. \*2

Durch Beobachten ihres Gegenübers reagieren und agieren Pferde auf kleinste und minimalste Veränderungen in der Körperhaltung einerseits um willig dem Leittier zu folgen, andererseits prüfen sie dabei permanent ob ihr Gegenüber auch wirklich die Befähigung hat als deren Leittier zu wirken.

Pferde interessieren sich nicht für Status, Dienstränge, Arbeits-oder akademische Titel, Maßanzüge oder teure Uhren. Aus diesem Grund

macht es manchmal Sinn, die Vorstellungsrunden kurz zu halten und Dienstränge und Titel nicht zu nennen, da dies uns Menschen sehr beeinflusst. Wenn sich Pferde entscheiden jemanden zu folgen oder eben nicht, dann nur weil die Person dies erwirkt hat (Pferdeakademie Berlin/Brandenburg, [www.die-pferdeakademie.de](http://www.die-pferdeakademie.de) Internet vom 5.1.2010)

Dieser Umstand ermöglicht es Führungskräften ihre Stärken zu erproben und ihr Führungs- und Teamverhalten, ihre Überzeugungskraft, innere Stärke und Klarheit in der Kommunikation verbessern. Ehrlichkeit in der (nonverbalen) Kommunikation und das souveräne, authentische Auftreten signalisieren den Pferden:

Hier ist jemand der besser für meine Sicherheit sorgen kann als ich selbst. Diesem vertraue ich mein Leben an! Ich folge ihm!  
([www.dozenten-boerse.de/tools/download?dfID=2488](http://www.dozenten-boerse.de/tools/download?dfID=2488)).

Durch das stets natürliche Verhalten der Pferde erhalten Seminarteilnehmerinnen eine ehrliche und unmittelbare Rückmeldung. Die Tiere zeigen durch ihr Tun auf, welche Dynamik es in der Organisation gibt. Lynn Thomas, Gründerin von EAGALA im Interview (es wird in der englischen Sprache belassen, da es so aussagekräftiger ist):

„The horses end up “playing out” the dynamics they experience in their company - some people refer to this as the horses “mirroring” people. This ability to experience a “mirror” of their dynamics seems to impact business teams in powerful ways of gaining insight and then problemsolving to discover what works with the horses in more effective ways of communicating and working together, that then transfers to them implementing it in their own work, and even personal, lives“ (Thomas, 2010, persönliches Interview).

Dies kann manchmal für den einen oder anderen insofern unangenehm bzw. überraschend sein, da Selbst- und Fremdwahrnehmung mitunter weit auseinander klaffen. Pferde reagieren auf Respekt, Vertrauen, Distanz und Nähe - auf all die Eigenschaften, die Beziehungen prägen. So kann es passieren, dass ein Pferd, soll es ganz ohne Strick geführt werden, einem Seminarteilnehmer einfach den Rücken zuwendet, da es weder Vertrauen noch Lust hat, dem Teilnehmer zu folgen bzw. sich aus diesem Rollenspiel entfernt.

In Teamübungen wird schnell deutlich, welche Rolle der Einzelne für das Team hat. Fähigkeiten, Stärken und Schwächen bekommen in den Übungen mit Pferden eine ganz neue Bedeutung und geben Impulse für den Berufsalltag. Führungsstile können ausprobiert, Hierarchien erkannt und verändert werden.

Es findet eine Selbstbeobachtung und Selbstreflexion und eine Mitteilung der beobachtenden Therapeutinnen bzw. der Gruppenmitglieder . (Fremdwahrnehmung) statt.

Die Therapeutinnen sprechen schwerpunktmässig über das Verhalten (Nähe-Distanz, Ruhe-Unruhe etc.) der Pferde in bezug zur Klientin (zum Klientensystem). Diese Information haben sehr viel mit dem Zugang der Teilnehmerin(nen) zu den Pferden, zu sich selbst und zu ihrem sozialen Umfeld (Familie, Team) zu tun. Das Pferd zeigt der Teilnehmerin unmittelbar, welche Lösung (welcher Zugang) passt und welcher nicht.

Nur wenn die Teilnehmerin versteht ( Dissonanzauflösung, Erkennung von Ambivalenzen ) kann ein Ziel, eine Veränderung erreicht werden.

## **EAP und EAGALA**

Für meine Kolleginnen und mich sind die Prinzipien nach EAGALA (Equine Assisted Growth and Learning Association) richtungsweisend. Diese gehen auf Greg Kersten und Lynn Thomas zurück die, nachdem sie einige Jahre in Utah mit verhaltensauffälligen Jugendlichen arbeiteten, 1998 das EAP (Equine Assisted Psychotherapy)-Ausbildungsprogramm ins Leben riefen, um auf der einen Seite TherapeutInnen zu unterstützen, die in ihre praktische Arbeit Pferden einbeziehen und auf der anderen Seite die erste psychotherapeutisch orientierte Ausbildung im Bereich der Pferdearbeit mit Qualitätsstandards einführten. Lynn Thomas, Familientherapeutin und Sozialarbeiterin sagt im persönlichen Interview:

"I have always preferred experiential approaches to helping people - the idea of "doing" vs just "talking" about insights and ways to change. I am a big believer in strength-based, systemic models of therapy. I feel this modality of involving horses fits very well with that because the horses represent relationships/systems in the client's life and enable the therapist to watch those dynamics in a way that can also lend itself to additional emotional safety for the client(s). They are able to work through roles and relationships through metaphor and projection in a very present (here and now) way."(Thomas, 2010, persönliches Interview).

1999 wurde EAGALA als professionelle Vereinigung für die (psycho)therapeutische Pferdearbeit ins Leben gerufen. EAGALA ist heute mit 3500 Mitgliedern in 33 Ländern der Welt präsent und die Ausbildungen finden in und außerhalb Europas statt. Der Leiter der europäischen Ausbildung, David Tidmarsh, ist Familientherapeut in Schottland

EAP ist ein immer stärker in Erscheinung tretendes Arbeitsgebiet, in dem Pferde zur Anregung von emotionalem Wachstum und Lernen genutzt werden und beruht auf der Zusammenarbeit einer qualifizierten und erfahrenen TherapeutIn sowie einer versierten Pferdespezialistin. EAP ist von Natur aus empirisch angelegt. Das bedeutet, dass TeilnehmerInnen etwas über sich selbst und andere erfahren, indem sie an Aktivitäten mit Pferden teilnehmen und anschließend über die aufgetretenen Gefühle, Verhalten und Muster reflektieren oder diskutieren. Um von "pferdeunterstützter Psychotherapie" sprechen zu können, muss eine qualifizierte Psychotherapeutin involviert sein Der Schwerpunkt von EAP besteht nicht darin, reiten zu lernen oder sich sonst irgendwie im Umgang mit Pferden zu üben. Es finden 90% aller EAP-Arbeiten in Form von Bodenübungen statt. (www.eagala.org.uk.)

Da Sicherheit an vorderster Stelle steht, sieht der EAGALA-Standard vor, dass eine Pferdespezialistin und eine sog. „Menschenspezialisten“, die ausschließlich den Menschen und sein Wohlbefinden im Fokus hat. gemeinsam arbeiten. Die Pferdespezialistin (in unserem Dreier-Team -

Gehart/Karrer/Koch - sind wir in beiden Professionen ausgebildet) beobachtet in erster Linie die Pferde, achtet darauf, dass diese sich wohl

fühlen. Die Autorinnen dieses Artikels verfügen neben der Ausbildung zur systemischen Familientherapeutin auch über verschiedene Aus- und Weiterbildungen im Pferdebereich sowie die zwei für das EAGALA Zertifikat notwendigen jeweils dreitägigen Grundkurse.

Auch die Pferde werden sehr sorgfältig ausgewählt (Schwerpunkt: Ausgeglichenheit und Ruhe), um den besonderen Anforderungen für diese Art von Arbeit gerecht zu werden, da es sich ja größtenteils um Klientinnen mit begrenzter Erfahrung im Umgang mit Pferden handelt. Da es vorkommen kann und vorkommen darf, dass sich Pferde kurz vor oder während einer Veranstaltung aus unterschiedlichen Gründen irritiert zeigen und nicht in den „Arbeitsbereich“ (Rundkoral, Viereck, Wiese) geholt werden können, ist es wichtig, einen „Pferdepool“ zur Verfügung zu haben. Sollte es trotzdem zu einer Stresssituation auf einer der beiden Seiten kommen, wird die Übung unterbrochen. Es folgt eine Analyse zur Entstehung der Situation und deren Bedeutung für zukünftiges Handeln.

Ähnlich wie Eve Lipchik ihr „Dual Track Thinking“ beschreibt (Lipchik, Systeme 2004, Jg. 18 (1): 32-40,) muss die Psychotherapeutin, die für die Klient(en) zuständig ist, mit dem einen „Band“ bei der Klientin sein und auf dem anderen „Band“ die eigenen Gedanken und Gefühle beobachten; gleichzeitig läuft ein innerer Dialog zwischen den beiden „Bändern“ und führt zu Entscheidungen bezüglich der Fortführung des laufenden Prozesses.

Die Therapeutin muss sich auf die Pferdespezialistin voll und ganz verlassen können, da es unmöglich scheint, auch deren Verhalten noch ausreichend in die Überlegungen einzubeziehen. Der Sicherheitsaspekt ist Basis ihrer gemeinsamen Arbeit.

Fallbeispiel 1 (Robert Koch): Gruppensupervision Jugendwohlfahrt

Die Sozialarbeiterinnen der Jugendwohlfahrt und der mobilen Arbeit für Familien kommen zur Supervision statt in die üblichen Praxisräume in den Reitstall. Ich agiere als Supervisor („Menschenspezialist“), Christine

Karrer als Pferdespezialistin.

Das aktuelle Supervisionsthema betrifft eine Familie mit zwei Kindern. Der Sohn, 8 Jahre alt, wohnt bei seiner Familie (Vater und Mutter), der andere Sohn, 13 Jahre alt, wurde aufgrund seines auffälligen Verhaltens, nach kurzem Aufenthalt im Krisenzentrum, bei den Großeltern (Eltern der Mutter) untergebracht. In diesem Kontext zeigt er sich weniger aggressiv und besucht die Schule regelmäßig(er). Gemeinsame Gespräche mit Eltern, Großeltern und den Buben gestalteten sich bislang sehr schwierig. Ein sehr gespanntes Verhältnis herrscht zwischen den Großeltern und den Eltern, sie kommunizieren nur mit gegenseitigen Vorwürfen. Die Buben scheinen nicht sehr an einem Kontakt untereinander interessiert zu sein, sie zeigen störendes Verhalten, teilweise laut, dann wieder sehr zurückgezogen. In die aktuelle Betreuung sind Sozialarbeiterinnen der Jugendwohlfahrt und der mobilen Arbeit für Familien involviert. Seitens der Jugendwohlfahrt wird eine Familientherapie überlegt, ein besonderes

Anliegen der beiden Sozialarbeiterinnen der Jugendwohlfahrt ist es, dass die Brüder ein besseres Miteinander finden sollen. Als Ziel des Rollenspiels wird definiert, einen anderen Zugang zu den Familien bzw. zum „Problem“ zu finden.

Die Sozialarbeiterinnen werden gebeten in je einer Ecke des Arbeitsbereiches die Familien aufzustellen und je ein Pferd für den 8-jährigen und den 13-jährigen Sohn zu wählen. Die RollenspielerInnen werden aus einer TeilnehmerInnengruppe von 14 Personen und die Pferde aus einem Pool von 5 Pferden ausgesucht.

Der 8-jährige wird durch einen Haflinger verkörpert, der 13-jährige durch ein etwas grösseres Pferd. Die Familien sind nunmehr in der Arena diagonal, in einem Abstand von etwa 20 Metern voneinander getrennt, platziert. Die Sozialarbeiterinnen werden angewiesen, eine für sie passende Beobachterposition innerhalb der Arena einzunehmen. Die anderen GruppenteilnehmerInnen (außerhalb der Szene, hinter dem Absperrband) bekommen die Aufgabe, ProzessbeobachterInnen zu sein.

3\*

Beide Familien umsorgen nun ihre „Söhne“, tätscheln und streicheln sie und scheinen nur auf das eigene Familiengefüge fixiert zu sein. Die „Söhne“ fühlen sich offensichtlich sehr wohl und scheinen kein Interesse zu haben, zusammen zu kommen. Sie zeigen sich durchaus ruhig und entspannt.

Wir geben oftmals den Auftrag, sich kurz vor dem Tun im Arbeitsbereich abzusprechen, dann die Handlungen ohne viele Worte durchzuführen. Tom Levold meint, dass der therapeutische Prozess darauf angewiesen ist, dass Menschen sich als Akteure in Beziehung zueinander setzen und sprachlich kommunizieren (vgl: Levold, Hilfe ein System – was es bedeutet, Klienten und Helfer als ein gemeinsames System zu betrachten, Wien 1994).

Wir stellen bewusst die verbale Kommunikation, zugunsten des Nonverbalen hinten an und besprechen, wie sich Mensch und Tier als Akteure in Beziehung gesetzt haben, in den Reflexionsbesprechungen außerhalb ausführlich.

Christine Karrer und ich beobachten die Szene und wir beschließen, mit Stangen, die wir am Boden platzieren, einen zusätzlichen Raum innerhalb der Arena für eine Familiensitzung einzurichten. Wir bitten die Rollenspielerinnen die Familien in diesen „Therapieraum“ für eine Familiensitzung zusammenzuführen.

Beide Sozialarbeiterinnen bringen die Familien zwischen die Stangen, die „Söhne“ folgen willig. Die Söhne stehen breit und mächtig vor Eltern und Großeltern und nehmen allen größtenteils die Sicht auf die jeweils anderen. Die beiden Familien verhätscheln nach wie vor ihr Kind bzw. Enkelkind. Die Sozialarbeiterinnen versuchen in der Folge eine kreisförmige Anordnung der Familie zu gestalten, stellen sogar Bänke für eine Besprechung auf. Christine und ich beobachten, dass die „Söhne“ in diesem Trubel immer unruhiger werden und die Ohren nach hinten zu legen beginnen. Ich bitte zuerst den Großvater, dann den Vater aus der

Szene „Therapieraum“, zu steigen. Die Nervosität bleibt unverändert. Ich bitte nun Mutter und Großmutter sich hinter die Grenze zu bewegen, und die Szene im „Therapieraum“ beruhigt sich.

Die „Söhne“ stehen friedlich nebeneinander und die Ohren sind aufmerksam abwechselnd einerseits auf die Szene außerhalb und andererseits auf jeweils den anderen „Sohn“ gerichtet. An dieser Stelle beenden wir das Rollenspiel und ziehen uns mit allen TeilnehmerInnen zur Besprechung zurück. Die „Söhne“ werden „entrollt“ und zu ihren Artgenossen gebracht, wobei wir zuvor noch die Rollenspielerinnen bitten, sich passend von ihnen zu verabschieden.

Bei der Reflexionsarbeit erschien uns wichtig, dass die für die Familien zuständigen Sozialarbeiterinnen vorerst zuhören, wie es den Einzelnen im Rollenspiel ergangen ist, was sich im Laufe des Prozesses verändert hat, dann die Außen-Beobachtungen der anderen Gruppenteilnehmerinnen hören und erst zum Abschluss sagen, was sie sich aus dieser Arbeit für ihr weitere Vorgehensweise in der Fallarbeit mitnehmen können.

Für Christine Karrer und mich war ebenfalls ein wichtiger Aspekt jener, der Veränderung im Sinne von Problemerzeugung des Hilfssystems „Problemsystems“ durch die Veränderung der „Mitgliedschaften“.

Kurt Ludewig schreibt:

„Das Mitglied entsteht beim Vollzug der kommunikativen Operationen in einem bestimmten sozialen System, und es existiert nur so lange, wie diese Operationen andauern. Mitglied, Kommunikation, Sinn und mithin soziales System sind voneinander untrennbare Gebilde; ihre Existenz ist an die Existenz der jeweils anderen gebunden. Und doch erlaubt dieses Konzept die analytische Erfassung und Untersuchung der Komponenten eines sozialen Systems, ohne sie organismisch zu verdinglichen oder soziologisch zu verflüssigen. Soziale Systeme lassen sich hiernach definieren als Komplexe von Mitgliedern und ihren Operationen (Kommunikationen) in Hinblick auf einen Sinn“, (Kurt Ludewig, 1991, S 5)  
Wenn wir Kurt Ludewigs Begriff des „Hilfssystems“ verwenden, wird beim beschriebenen Fall das Hilfssystem selbst problemerzeugend. (Kurt Ludwig, 1991, S 7)

Was die Pferde zeigen können:

- Sie spiegeln das System (auch im Gefühlsbereich)
- Sie bleiben aufmerksam für jede Veränderung
- Sie gehen stets ohne Vorannahmen in neue Situationen

Was wir als TrainerInnen und TherapeutInnen leisten müssen:

- Gibt es ein konkretes Anliegen, wo EAP oder EAGALA die geeignete Methode ist?
  - Erstellung und Umsetzung eines methodisch, didaktisch sowie logisch aufgebauten Therapie- und Erlebenskonzeptes
  - Moderation der praktischen Übung im Sinne des EAGALA Konzeptes
  - Begleitung der praktischen Übung sowie des therapeutischen Prozesses
  - Beachtung der Sicherheitsmaßnahmen für Mensch und Tier
  - Auswertung der praktischen Übungen (Interpretation des Verhaltens der Tiere auf die Aktionen des Teilnehmers)
  - Systemische Betrachtungsweise des Ablaufes und Anwendung systemisch-therapeutischer Methoden (Reflecting-Team, Rollenspiel und systemische Aufstellungsarbeit, ...)
  - Reflexionsarbeit mit den TeilnehmerInnen (eigenes Erleben, Umsetzungsmöglichkeit des Erfahrenen im persönlichen bzw. beruflichen Alltag, ...)
- Christine Karrer -pferdeunterstützte Psychotherapie nach EAGALA

Manchmal fällt es uns Menschen schwer manche Probleme direkt anzusprechen, gar über sie zu sprechen, obwohl es für viele Klientinnen von Wichtigkeit wäre. In der pferdeunterstützten Psychotherapie werden Probleme und Lösungen spürbar gemacht.

Durch die Konzentration auf die Übungen ist es kaum möglich, eine Fassade aufrecht zu erhalten. Es ist für uns ein wichtige systemische Leitlinie, seitens unserer Klientinnen den Auftrag für dieses „Aufspüren versteckter Probleme“ und Entdecken von Lösungen zu erhalten. Emotionen kommen rascher zum Vorschein. Persönliche Erkenntnisse und erspürte Fähigkeiten in der Arbeit mit dem Pferd lassen sich direkt in den Alltag umsetzen ( Transfer der Erfahrungen).

All dies ist in der Arbeit mit Pferden beinhaltet und man erkennt auch hier, wie ähnlich der Mensch in der Gesellschaft dem Pferd in der Herde ist.

Setting

Wir bieten Einzel- oder Paar"setting", Familien - oder Gruppen"setting" sowie Kinder- oder Erwachsenen"setting" an. Es erscheint wichtig anzumerken, dass nicht jeder der sich in psychotherapeutische Behandlung gibt, eine psychische Erkrankung (diagnosewertig) haben muss. Oft geht es um das Finden von neuen Wegen für ein „altes Problem“, um neue Zugänge und Sichtweisen.

Fallbeispiel:

Eine 46jährige Frau vereinbart telefonisch einen Termin für pferdeunterstützte Psychotherapie. Sie gibt an, ziemlich unter Druck zu stehen und dringend 'etwas' für sich tun zu müssen. Auf meine Frage, wie diese Unterstützung aussehen könnte, meine Frau E., dass sie Entlastung brauche und hoffe, im Rahmen der Eagalastunden einen Weg zur Entlastung finden zu können.

Ich empfehle der Klientin 3 Einheiten pferdeunterstützte Psychotherapie und sie stimmt, nach Information darüber und über die Rahmenbedingungen (Dauer, Intervall, Kosten, das Team in der Egalaeinheit, Datenschutz usw.) zu.

Ich möchte hier einige Auszüge aus den 3 Eagala-Einheiten vorstellen:

Frau E. kommt wie vereinbart zum ersten Termin.

In dieser Stunde geht es zunächst darum, die Herde von Pferden zu beobachten.

Diese Beobachtungen kann Frau E. mitteilen und wir tauschen uns darüber aus.

Die Klientin bemerkt, dass es in der Herde unruhig sei. Die Pferde bewegen sich von einem Heunetz zum nächsten und es kommt vor, dass das eine Pferd das andere wegjagt.

„Ganz schön rauhe Sitten“, meint Frau E.

Sie erzählt mir, dass sie denkt, dass ein Pferd besonders aggressiv sei (es hat die Ohren angelegt) und ein anderes besonders ängstlich (es ist einem Pferd gewichen) sei. Ein drittes Pferd beschreibt sie als mutig (dieses Pferd ist an seinem Heunetz stehen geblieben und hat sich nicht vertreiben lassen) und zwei weitere Pferde als gleichgültig (stehen in der

Sonne und dösen vor sich hin).

Ich frage die Klientin, ob sie sich zu einem Pferd besonders hingezogen fühlt, oder gegenüber einem Pferd besondere Ablehnung spürt. Frau E. gibt mir die Rückmeldung, dass sie sich von dem 'aggressiven Pferd' fürchtet und dass man gut darauf aufpassen müsse, was es mit den anderen Pferden macht. Sie beschreibt, dass das ängstliche Pferd Schutz brauche und dass die zwei gleichgültigen Pferde wohl resigniert haben und sich denken, dass man eh nichts mehr gegen das aggressive Pferd machen kann. Das mutige Pferd ist bewundernswert und lässt sich nicht erschrecken.

In der 2. Stunde wirkt Frau E. sehr aufgeregt. Sie erzählt mir gleich zu Beginn, dass sie diese Beobachtungen sehr beschäftigt haben. Sie bemerkt, dass es in ihrer Familie wohl auch so zugeht wie in der Herde.

Sie lebt von ihrem Mann getrennt - es besteht sehr wenig Kontakt, er wirkt auf sie gleichgültig. Ihre Tochter Sabrina (15 Jahre) lebt mit Frau E.

gemeinsam in einer Wohnung. Sabrina wirkt auf sie mutig - sie lässt sich durch nichts aus der Ruhe bringen. Ihr Sohn Florian (26 Jahre) wohnt in einer eigenen Wohnung einige Kilometer entfernt. Bei ihm wurde vor einigen Jahren an der Psychiatrischen Klinik Schizophrenie diagnostiziert.

Frau E. berichtet, dass Florian immer wieder stationär untergebracht ist. Er nimmt seine Medikamente nicht ein und habe daher immer wieder psychotische Phasen. Frau E. macht sich Sorgen, da sie den Eindruck hat, dass ihr Sohn verwaist und alleine nicht zurecht kommt. Sie würde ihm gerne helfen, weiß aber nicht wie. Unzählige gut gemeinte Versuche scheiterten.

Das aggressive Pferd erinnerte sie sehr an Florian, da er auch oft aggressives Verhalten zeigt.

Übung:

Frau E., 3 Pferde und das Therapeutenteam befinden sich im

Arbeitsbereich, in diesem Fall ein Roundpen (eingegrenzter runder Platz mit ca. 12 m Durchmesser).

Die Pferde sind das von Frau E. als aggressiv beschriebene Pferd, das als mutig bezeichnete Pferd und eines der gleichgültig wirkenden Pferde. Ich erkläre die Aufgabe: Frau E. sollte zu jedem Pferd in einer für sie passenden Form Kontakt aufnehmen und es begrüßen.

Frau E. wirkt sehr zögerlich und fragt nach, wie sie das machen soll. Ich wiederhole die Aufgabenstellung und ermutige sie zu beginnen. Frau E. denkt nach und geht langsam auf das gleichgültige Pferd zu und spricht mit ihm. Dann geht Frau E. auf das mutige Pferd zu. Dieses geht ein paar Schritte weg. Frau E. geht dem Pferd nach und streichelt es dann.

Als Frau E. zum aggressiven Pferd hingehen möchte wendet dieses sich ab. Frau E. bleibt stehen und beobachtet es. Ich frage nach den Gedanken von Frau E. Sie erzählt mir, dass es für sie unglaublich sei, das Pferd verhält sich so wie ihr Sohn. Wenn sie ihn umarmen will, dann geht er weg. Ich frage nach, was sie dann macht. Sie sagt, dass sie nochmal probiert auf ihn zuzugehen. Ich frage Frau E. ob sie das jetzt auch mit dem Pferd ausprobieren will. Sie bejaht. Frau E. geht auf das aggressive Pferd zu und will es wieder begrüßen. Das Pferd wendet sich erneut ab und dreht ihr die Hinterhand zu (dieses Verhalten zeigen Pferde wenn sie nicht wollen, dass ihnen jemand zu nahe kommt = Drohgebärde).

Ich frage Frau E. ob Florian auch so reagieren würde. Frau E. meint unter Tränen „ja“.

In der Nachbesprechung der Übung (immer noch im Arbeitsbereich) kommen sehr viele Emotionen bei Frau E. hoch. Währenddessen kommt jedoch das aggressive Pferd Frau E. ganz nahe und sucht Kontakt. Frau

E. will das Pferd nun wieder streicheln – aber das Pferd lässt es nicht zu und wendet sich wieder ab. Frau E. sieht es jedoch als erstaunlich, dass das Pferd zu ihr kommt, wenn sie ihm nicht nachgeht sondern stehen bleibt.

In der 3. Stunde befinden wir uns wieder im Roundpen (Frau E., dieselben 3 Pferde, eine Pferdebeobachterin und ich).

Frau E. erzählt mir, dass die letzte Stunde für sie sehr aufschlussreich war.

Sie würde sich jetzt bemühen Florian nicht täglich zu sagen, dass er sich waschen, seine Wohnung aufräumen, seine Medikamente nehmen und seine Wäsche waschen soll.

Es fällt ihr allerdings sehr schwer. Jedoch sehe sie ein, dass sie nur dann

eine Beziehung zu ihrem Sohn aufbauen kann, wenn sie ihm nicht dauernd Vorschreibungen macht.

In dieser Stunde probieren wir die selbe Übung noch einmal.

Frau E. versucht alle 3 Pferde zu begrüßen und Kontakt aufzunehmen. Zum mutigen Pferd geht Frau E. hin und kann es ausgiebig streicheln. Mit dem gleichgültigen Pferd spricht Frau E. und erzählt ihm einige wichtige Dinge.

Beim letzten Pferd lässt sich die Klientin sehr viel Zeit und überlegt lange.

Schließlich geht sie 2 Schritte auf das Pferd zu - sodass dies den Blick auf sie richtet.

Dann beschließt Frau E. jedoch nicht hinzugehen, sondern versucht aus der Entfernung Interesse am Pferd zu zeigen. Sie bleibt stehen und wartet auf die Reaktion des Pferdes.

Es passiert mindestens 5 Minuten nichts. Frau E. dreht sich zu mir um und erklärt mir, dass das Pferd keinen Kontakt zu ihr will. In diesem Moment geht das Pferd einige Schritte auf sie zu. Frau E. dreht sich um und schaut dem Pferd zu. Dies bleibt im Abstand von 3 Meter zu ihr stehen und schaut interessiert. Frau E. erklärt mir unter Tränen, dass es vielleicht gut so ist. Das Pferd kann auf sie zugehen, wenn sie ihm nicht hinterher geht. Aber es braucht seinen Abstand zu ihr, sonst würde es sich wieder abwenden. Vielleicht besteht so eine Möglichkeit den Kontakt zu ihrem Sohn wieder herzustellen und aufrecht zu erhalten.

Eine wichtige Information möchte ich noch anfügen:

Es gab in diesen 3 Einheiten keine von den Pferden ausgehende gefährliche Situation. Aber unter dem Aspekt der Sicherheit ist es stets notwendig, nach den Prinzipien von EAGALA zu arbeiten, also zu zweit. Um Gefahren zu vermeiden, würde die Pferdebeobachterin sofort einschreiten und gezielte Interventionen setzen.

Weiters möchte ich ergänzen, dass die Pferde bzw. das Verhalten der Pferde vom Klienten interpretiert werden. Wenn ein Pferd als aggressiv, mutig oder ängstlich bezeichnet wird, bedeutet das nicht, dass dieses Pferd sich tatsächlich so verhält. Jedoch lassen wir dem Klienten diese Interpretationen, da sie für die psychotherapeutische Arbeit aufgegriffen werden und im Prozess hilfreich sind.

Abschließend möchte ich erwähnen, dass ich Frau E. sehr emotional und aufgeschlossen erlebt habe. Dadurch konnte sich die Klientin auf neue Perspektiven einlassen. Die Rolle der Therapeutinnen (Trainerinnen) ist

es, da stimme ich mit Monty Roberts überein das intrinsische Lernen, also die Motivation zu fördern. Erkennen hilft verändern (Roberts, 2002)

Das Pferd bewegte sich in der 3. Einheit auf die Klientin zu, als diese glaubte, dass sie keinen Kontakt zum Pferd mehr herstellen könne. Das Pferd gab Frau E. sehr klare Rückmeldungen. Wenn Frau E. versuchte das Pferd anzugreifen bewegte es sich weg. Als Frau E. stehen blieb suchte das Pferd den Kontakt zu ihr. So wurde der Klientin klar, dass das Pferd eine andere Vorstellung von Kontakt haben könnte. Das Pferd kam nicht der Klientin zuliebe her und lies sich streicheln sondern blieb bei seinem Vorhaben. So konnte Frau E. die Erfahrung machen, dass es unterschiedliche Sichtweisen von Kontakt gibt, was ihr hilfreich war, die Situation mit ihrem Sohn, differenzierter betrachten zu können.

Ich möchte mit einem Zitat von Monty Roberts schließen:  
"Kein Lehrer kann Informationen in ein sich sträubendes Gehirn zwingen." (Monty Roberts 2009/08)

## **Annette Gehart - Reittherapie und systemische Fallarbeit**

Neben der EAGALA orientierten Arbeit, die ausschließlich vom Boden aus stattfindet, hat sich bei bestimmten Anliegen auch die Reittherapie, die Arbeit mit KlientInnen auf dem Pferd, bewährt. Hierbei wird die oft unbewusste Seite des Erlebens als körperlich fühlbare Qualität sichtbar.

Reittherapie hat sich als äußerst effizient bei folgenden Anliegen erwiesen:

- Aufbau von Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein
- Kontakt zwischen Denken und Fühlen
- Steigerung der Konzentrationsfähigkeit
- problematisches Sozialverhalten
- Abbau von Ängsten und/oder Blockaden
- Erarbeiten adäquater Copingstrategien
- Verbesserung von Gleichgewicht und Koordination
- gezielte Schulung psychomotorischer Fähigkeiten
- Aggressionsabbau

Die Arbeit auf dem Pferd kann als eine spezielle Form der Körperarbeit im Rahmen von Psychotherapie gesehen werden. Sie kann bei allen Altersgruppen eingesetzt werden, aber gerade bei Kindern erleichtert die Arbeit mit bzw. auf dem Pferd die Phase des Joinings. Es entsteht rasch eine „tragfähige“ Beziehung zwischen Mensch und Pferd, basierend auf gegenseitigem Fühlen und Spüren.

Vor der ersten „Pferdeeinheit“ findet in der Regel das Vorgespräch im Therapieraum statt. Es dient dem gegenseitigen Kennenlernen und der Definition eines Therapieziels.

Die Reittherapieeinheit ist dann in 3 Teile gegliedert.

Am Beginn steht eine kurze Pferdebeobachtung. Jede KlientIn kann sich „ihr“ Pferd aus einer kleinen Herde wählen. Die Pferde stehen in Gruppen zusammen, sodass die KlientIn ihre Wahl anhand der Beobachtung gewisser Verhaltensweisen des Pferdes in seinem sozialen Umfeld treffen kann oder anhand von Größe, Farbe oder Sympathie.

Die KlientIn kann, wenn sie das möchte, das Pferd etwa 30 m bis zum Putzplatz führen. Anfangs helfe ich dabei. Es bleibt der Klientin jedoch selbst überlassen, das Pferd alleine oder mit meiner Hilfe zu putzen. Generell steht für mich die persönliche Erfahrung, sowohl beim Führen, als auch beim Putzen, im Vordergrund. Es gibt keine Regeln wie geführt oder geputzt werden soll, anders als im Reitunterricht, wo jeder Handgriff

klar vorgegeben ist. Die Klientinnen sollen sich in ihrem Tempo dem Pferd annähern. Ich gebe nur vor, dass der Teil des Pferdes, wo Decke bzw. Sattel aufliegen sauber sein soll und die Hufe gereinigt werden müssen. Schon hier ist die fundierte Ausbildung der Pferde oberstes Prinzip, um die Sicherheit der KlientIn zu gewährleisten. Dieser erste Teil der Annäherung an das Pferd dauert etwa 10-15 Minuten.

Die KlientIn entscheidet anschließend, ob sie mit Sattel oder Decke reiten

möchte. Der Sattel vermittelt oft Sicherheit, da man nicht so nahe am Pferd sitzt, mehr Halt hat und auch die Bewegungen abgefedert werden. Die Wärme des Pferdes ist jedoch nicht so gut zu spüren. Der Großteil der KlientInnen entscheidet sich trotzdem für die Decke. In diesem Fall verwende ich eine dünne Wolldecke, die mit einem Gurt mit Haltegriffen am Pferd befestigt wird. Diese Decke ermöglicht es der KlientIn direkt auf

dem Pferd zu sitzen, verhindert nur, dass die Kleidung zu stark verschmutzt wird. Der Haltegurt bietet die Möglichkeit sich festzuhalten.

Es folgt nun der Hauptteil der Therapieeinheit. Die Arbeit auf dem Pferd die je nach Zielformulierung individuell auf die Bedürfnisse der Klientin abgestimmt ist, dauert etwa 30 Minuten.

Abschließend wird das Pferd von der Klientin versorgt, das heißt es wird die Decke abgenommen, das Pferd wird zur Belohnung gefüttert und zurück auf die Koppel gebracht. Dieser Teil nimmt 5-10 Minuten in Anspruch.

Fallbeispiel 3 (Annette Gehart): Psychotherapie mit Kind und Pferd

Marcel ist ein 8-jähriger Bub. Er lebt gemeinsam mit seinen Eltern und seinem 4 Jahre jüngeren Bruder. Marcells Mutter wendet sich mit dem Wunsch nach Reittherapie für ihren Sohn an mich. Beim Vorgespräch wird deutlich, dass Marcel in der Schule große Probleme mit Lehrern und Mitschülern hat. Aufgaben mache er nur sehr widerwillig und mit Druck seitens der Eltern. Seiner Mutter teile er öfters mit, dass er das alles einfach nicht könne. In seiner Freizeit gäbe es immer wieder von Aggression geprägte Situationen. Beispielsweise hat er Hasen mit Steinen beworfen und Schweine mit Stöcken geschlagen. In der Öffentlichkeit falle Marcells Mutter oft wegen ihres „schlecht erzogenen“

Kindes auf. Marcel selbst zeige sich feige und ängstlich. Im Vorgespräch mit Marcel und seiner Mutter formuliert Marcells Mutter, dass sie zu ihrem Sohn ein besseres Verhältnis aufbauen möchte, sie möchte, dass ihr Sohn mit Selbstvertrauen bekommt und mit seinen Aggressionen besser umgehen lernt. Marcel selbst möchte nur reiten und hat keine genauen Zielvorstellungen.

## 1. Therapieeinheit

Da Marcel in der Nähe wohnt, kommt er alleine zur Stunde. Wir gehen gemeinsam zur Pferdekoppel und Marcel entscheidet sich für „Mausi“, eine schwarze Ponystute. Marcel lässt sich beim Putzen sehr viel Zeit und genießt offenbar den Körperkontakt zum Pferd. Beim Auskratzen der Hufe bittet er mich zu helfen. Marcel entscheidet, dass er mit Westernsattel (besonders großer Sattel, der vorne einen Knauf hat hinten höher gebaut ist, der dem Reiter mehr Stabilität ermöglicht) reiten möchte und stellt von Anfang an klar, dass er nur Schritt gehen möchte.

Annette Gehart (Therapeutin, infolge A): Marcel, ich habe noch eine Kiste mit Spielsachen - sollen wir etwas zum Spielen mit nach hinten nehmen?

M: Was für Spiele? (Ich führe ihn zur Spielekiste und biete ihm an etwas auszusuchen)

M: Aber ich will nicht spielen, ich will reiten!

A: O.k. Das heißt Du möchtest dass ich dir reiten beibringe? Dann brauchen wir eine Longe!

M: Was ist das?

A: Das ist ein langes Seil, mit dem ich das Pferd führe, damit ich nicht immer mitlaufen muss! Möchtest du traben oder gar galoppieren?

M: Nein. Nur gehen!

A: Gut, dann nehmen wir nur einen Ball mit nach hinten - den kann man ganz gut gebrauchen in der ersten Reitstunde. Lass uns mal losgehen und sehen was uns so einfällt!

Ich führe Mausie nach hinten. Marcel hält sich an. Dann führe ich ihn im Schritt im Viereck (ein für Reitübungen abgegrenzter Sandplatz), frage dann nach, ob ich die Longe ein bisschen länger lassen darf - er willigt ein - ich lasse Mausie im Kreis um mich herum gehen.

A: Spielst Du gerne Ball?

M

A: Soll Mausie stehen bleiben und wir probieren es mal im Steh. Ja!

A: Und kannst Du gut fangen und schießen?

M: Ja schon!

A: Dann lass uns doch ein bisschen Ball spielen! Wie oft denkst Du schaffen wir es den Ball hin und her zu schießen?

M: Da muss ich ja loslassen ..

A: Ja das wäre besser zum Fangen!

M: Hmmm ...en?

M. Ja!

A: O.k., dann mach Dich ganz schwer und atme aus! (Marcel tut das und Mausie bleibt stehen.)

Ich werfe Marcel den Ball zu und er fängt - wir spielen einige Male hin und her dann frage ich nach, ob wir das auch im Schritt probieren könnten. Marcel willigt ein. Ich werfe den Ball und Marcel lässt los und fängt. Ich lasse ihn einschätzen wie oft er es schaffen wird - er schätzt 10

Mal - und fängt 10 Mal. Marcel ist sichtlich stolz, kann aber keine Freude über seine Leistung ausdrücken, sondern meint, dass es ja „total einfach“ war.

Anschließend frage ich ob er Lust hätte, sein Pferd selbst zu leiten. Ich erkläre ihm wie man die Zügel hält, wie man lenkt, antreibt und stehen bleibt. Marcel probiert es aus, während ich neben dem Pferd her gehe. Dann stelle ich ihm einen kleinen Parcours auf. Er ist motiviert und reitet den Parcours durch und als er fertig ist gleich noch einmal! Er hat auch Geduld, wenn etwas einmal nicht so klappt, es solange zu versuchen, bis es klappt. Trotzdem sagt er, wenn ich ihn lobe, dass es „total einfach und fad“ ist.

Am Ende der Einheit am Pferd, bitte ich ihn, das Tier zurückzuführen. Ich gebe ihm den Führstrick. Marcel geht los, Mausibewegt sich jedoch nicht von der Stelle, worauf Marcel zieht und zerrt, stärker und stärker und ich merke seine Ungeduld. Ich frage ihn, ob er das jetzt schon können mag, ein Pferd zu führen, ob es nicht zu früh sei, für so eine Übung. Das Pferd habe doch, obwohl es ein Pony ist, mehrere 100 Kilogramm.

Er will es können. Ich bitte ihn, mich zu beachten. Ich nehme den Führstrick, richte mich auf, lasse den Strick locker hängen und gehe mit vorwärts, klar und eindeutig. Mausifolgt mir.

Marcel nimmt mir ruhig den Strick aus der Hand, richtet sich (etwas übertrieben) auf und geht wie ein Soldat im Stechschritt, mit durchhängendem Seil los. Mausifolgt ihm willig.

Meine Erwartungen nach dem Vorgespräch waren, ein sich eher aufsässig und unkooperativ zeigendes Kind vorzufinden. Das Gegenteil war jedoch der Fall. Marcel zeigte sich völlig unkompliziert, hat mit einer

Hingabe und Sorgfalt das Pferd geputzt sich auf meine Vorschläge, auch was das Führen anlangt, eingelassen. Meine Leitidee nach dieser ersten Stunde war, dass Marcel möglicherweise aufgrund von Unsicherheit „schwieriges“ Verhalten zeigen könnte. Nachdem ich ihn am Anfang der Stunde so umsichtig mit dem Pferd erlebt habe, habe ich mir als Zielsetzung für die nächste Einheit vorgenommen, ihn in erster Linie zu stärken und ihm etwas „für sich“ zu geben. Etwas, wo er sich mit niemandem messen muss und wo er selbst entscheiden kann was er will! Ich hatte auch nicht den Eindruck, er sei ängstlich. Ich glaube eher, Vermeidung ist seine Art mit Situationen umzugehen.

Nach dieser ersten Einheit gab es ein Elterngespräch in Abwesenheit von Marcel. Ich habe der Mutter mitgeteilt, dass ich Marcel als sehr aufgeschlossen und kooperativ und als sehr interessierte Kind empfunden habe und wir viel Spaß miteinander hatten. Ich habe auch

über meine Vermutung gesprochen, dass Marcel etwas für sich braucht, was er mit Freude und wenig Druck tun kann. Marcells Mutter formulierte den Wunsch, dass sie für Marcel hofft, dass er sein Leben mehr genießen kann, sein Bruder sei so ein Sonnenschein und er stehe sich immer selbst im Weg.

Es folgten 2 Stunden mit Marcel, wo er sich jedes Mal Mausi aussuchte und mit ihr immer Parcours geritten ist. Ich habe jedes Mal gefragt, ob er

Trab ausprobieren will, aber er hat immer verneint - zuerst wolle er im Schritt ganz sicher sein! Die beiden Stunden waren der ersten sehr ähnlich. In der 2. Stunde ist der Bruder mitgekommen, was nicht vereinbart war. Also habe ich Marcel gefragt, ob es für ihn o.k. ist, wenn

sein Bruder dabei bleibe - er hat gesagt, wenn er nicht stört dann ja. Schon beim Putzen durfte Marcel entscheiden ob der Bruder mitputzen darf - er ließ ihn. Beim Reiten hat Marcel seinem Bruder gesagt, wo er sich hinsetzen dürfe und, dass er ruhig sein müsse damit die Pferde nicht davon laufen. Marcel wurde darin bestätigt, dass es SEINE Stunde ist, SEINE Zeit.

Beim Elterngespäch nach dieser 3. Einheit hat mir die Mutter erzählt, dass die Arbeit mit dem Pferd „Wunder wirke“. Sie hatte in der Schule von der Lehrerin sehr positive Rückmeldungen bekommen, Marcel sei sehr motiviert und bringe sich im Unterricht mehr ein.

Die 4. Stunde war für mich der Meilenstein in meiner Arbeit mit Marcel. Diesmal wollte er „Burli“, das größte Pony, reiten. Wir holten und putzen ihn. Er ritt alleine zum Viereck. Ich nahm eine Longe und einen Würfel mit.

M: Warum brauchst Du das?

A: Weil wir mit Burli noch andere Sachen ausprobieren können als nur Parcours reiten!

M: Ich will aber nicht traben!

A: Nein, du musst nichts tun, was du nicht willst!

M: OK

A: Ich möchte mit dem Würfel ein Spiel mit dir spielen!

Wir gingen aufs Viereck. Ich schlage vor, ein paar „Kunststücke“ am Pferd mit ihm ausprobieren zu wollen. Er willigt ein. Ich zeigte ihm verschiedene Übungen und wir ordneten jeder eine Zahl am Würfel zu. Jetzt würfelte

Marcel und machte dann das „Kunststück“, das er gewürfelt hatte.

Trotzdem er das erste Mal auf einem großen Pferd mit Decke statt mit Sattel ritt, schien er überhaupt nicht ängstlich und traute sich alles!

Es

war deutlich spürbar, wie wohl er sich am Pferderücken fühlt. Also wagte ich einen neuen Versuch:

A: Marcel das hast du wirklich gut gemacht! War es schwer?

M. Nein urleicht! Was machen wir jetzt?

A: Wenn Du magst könnte Burli mal ein bisschen schneller laufen!

M: Wie?

A: Naja, ich sage ihm dass er immer schneller werden soll und wenn Du

„Stop“ sagst, dann wird er wieder langsam. Soll Burli mal ein bisschen laufen?

M: Ja, o.k.! (Ich ließ Burli ganz langsam antraben.)

M: Ist das Trab?

A: Ja! Ist das o.k. für dich oder soll Burli wieder langsamer werden?

M: Nein, das macht Spaß!

Marcel war es in dieser Stunde gelungen am Pferd verkehrt sitzend zu traben und auch zu galoppieren. Er hat sich sehr geschickt angestellt und es hat ihm offensichtlich großen Spaß gemacht. Die ursprüngliche Verweigerung von Trab schien Marcel Macht gegeben zu haben. Es war für ihn erst möglich zu traben, als er diese Macht nicht mehr gebraucht hat, da er an Selbstbewusstsein gewonnen hat. Angst war kein Thema mehr.

Die Arbeit mit Marcel fand am Pferderücken statt. Das Pferd war seine Motivation in die Stunden zu kommen. Es erschien mir sinnvoll, diesem Setting, im Gegensatz zur reinen Gesprächstherapie in meinem Praxisraum, den Vorzug zu geben. Gerade bei sehr aktiven Kindern erleichtert die „Fixierung“ am Pferd das leichtere „Durchdringen“ der Therapeutin. Die Arbeit mit Kindern auf dem Pferd erfolgt zumeist im Einzelsetting. In der Regel wird die restliche Familie weniger direkt einbezogen. Interessant ist es zu beobachten, wie Familienmitglieder auf das Pferd zugehen, wieviel Selbständigkeit sie dem Kind beim Putzen oder Führen lassen. Hilfreich sind, wie vor Beginn der Therapie vereinbart, Elterngespräche, um Rückmeldung über Veränderungen zu besprechen und um eventuell Therapieziele neu zu formulieren. Reittherapie kann dem Bereich der Kurzzeittherapie zugeordnet werden. Meiner Erfahrung nach sind Kontakte in wöchentlichen bzw. 2wöchentlichen Abständen am effektivsten. In der Regel sind zur Erreichung des Therapieziels bei Kindern 5 bis 10 Kontakte notwendig.

Schlussbemerkung:

Reiten ist in den letzten Jahren zu einem Breitensport geworden. Parallel dazu sind Körper und Gefühle – neben der Betrachtung und Erforschung der Kommunikation – auch in der systemischen Praxis wieder mehr in den Mittelpunkt gerückt.

Unternehmer lotsen ihre TeamleiterInnen verstärkt in erlebnis-intensive Seminare, Klientinnen und Ausbildungskandidatinnen wollen „Körperorientiertes“ in Psychotherapien erleben (betrachtet man den Ausbildungskatalog der Österreichischen Arbeitsgemeinschaft für systemische Therapie, sieht man dies bestätigt). Dieser Umstand lässt auch die Nachfrage nach pferdeorientierter Therapie und Coaching boomen.

Daher ist es wichtig, Qualitätsstandards (sowie EAGALA sie entwickelt hat) im Bereich der psychotherapeutischen Pferdearbeit und der Sicherheit zu etablieren, denn der Erfahrungstransfer der Klientinnen soll

ein positiver sein und bleiben und deren Ziel entsprechen. Das Nonverbale unterscheidet sich vom Verbalen unter anderem dadurch, dass es weniger „steuerbar“, bzw. „kontrollierbar“ ist und sehr viel Erfahrung und Feinfühligkeit der Therapeutin erfordert, damit hilfreich umzugehen.

Autorinnen:

Robert Koch  
Lehrtherapeut für systemische Familientherapie,

Supervisor, Re-Teaming-Coach, Korneuburg, NÖ  
Kontakt: koch@pferdecoaching.at

Christine Karrer  
Psychotherapeutin, SF (in Ausbildung unter Supervision),  
Wörgl, Tirol  
Kontakt: eapt@me.com

Dipl.Ing.Annette Gehart  
Reittherapeutin u.-instruktorin, Mediatorin, Psychotherapeutin, SF(in  
Ausbildung unter Supervision), Übungsleiterin für heilpädagogische  
Förderung mit  
dem Pferd. Pferdehof 1220 Wien-Essling,  
Kontakt: gehart@reittherapeut.at

#### Literatur:

Krisch, Melanie, Erlebnispädagogik mit Pferden, 2008

Levold, Tom -Hilfe ein System - was es bedeutet, Klienten und Helfer als  
ein  
gemeinsames System zu betrachten. Wien 1994

Lipchik Eve, Selbstkonzepte im Handeln von Therapeutinnen,  
systeme 2004, jg. 18 (1): 32-40)

Ludewig Kurt, Standpunkt, sozial 1991/1:23-28/Das Problemsystem. Einen  
Alternative  
zu den Konzepten medizinischer Psychopathologie und  
sozialwissenschaftlicher  
Devianz

Luhmann Niklas: Einführung in die Systemtheorie / Niklas Luhmann. Dirk  
Baecker  
(Hrsg.). -1. Aufl. -Heidelberg : Carl-Auer-Systeme-Verl.,

O´Conner/Seymour, Neurolinguistisches Programmieren: Gelungene  
Kommunikation  
und persönliche Entfaltung, VAK Verlags GmbH; Auflage: 16., Aufl.  
(Februar 2009)

Psychotherapie mit dem Pferd, Beiträge aus der Praxis  
Herausgeber: Fachgruppe Arbeit mit dem Pferd in der Psychotherapie und  
Deutsches  
Kuratorium für Therapeutisches Reiten FNVerlag, 2005

Roberts Monty, Das Wissen der Pferde, Bastei Lübbe, August 2002

Roberts Monty, Die Sprache der Pferde, Bastei Lübbe, April 2005

Thomas Lynn, Im persönlichen Gespräch mit Robert Koch, 20.1.2010

Watzlawik Paul, Beavin Janet H., Jackson Don D.,  
Menschliche Kommunikation, Verlag Hans Huber, 1969

#### Online - Internet:

<http://www.buecher.de/shop/sonstiges/reittherapie-ebook/marianne-gaeng>  
vom 28.12.09

<http://www.dkthr.de/therapie.php?n2=heilpaedreitenvoltigieren> vom  
15.1.2010  
<http://www.dozenten-boerse.de/tools/download?dfID=2488>

<http://www.eagala.org.uk>  
<http://www.horseweb.de/cms/2009/08/monty-roberts-zitate/>  
<http://www.physiolife.at>. vom 30.12.09  
<http://www.reittherapie-sipplingen.de/reitpaedagogik/index.html> vom  
10.1.2010  
[http://de.wikipedia.org/wiki/Zwischenmenschliche\\_Kommunikation](http://de.wikipedia.org/wiki/Zwischenmenschliche_Kommunikation), 9.12.09

Pferdeakademie Berlin/Brandenburg <http://www.die-pferdeakademie.de>  
Internet vom  
5.1.2010

#### Fußnote 1

Zur besseren Lesbarkeit wurde die weibliche Form personenbezogener Hauptwörter gewählt. Frauen und Männer werden jedoch mit dem Text gleichermaßen angesprochen

#### Fußnote 2

Bezüglich dieser Transfers meint Luhmann:  
Kommunikation fungiert als Einheit der Differenz von Information, Mitteilung und Verstehen. Jede der drei Stellen fungiert auf die folgende Weise: Sie unterscheidet die anderen und fügt sie zu einer Einheit zusammen. Im aus der Operation Kommunikation entstehenden und sich erhaltenden sozialen System ist Information demnach die Einheit der Unterscheidung aus Mitteilung und Verstehen. Mitteilung ist demnach die Einheit der Unterscheidung von Information und Verstehen; Verstehen ist demnach die Einheit der Unterscheidung von Information und Mitteilung.

Luhmann, Niklas: Einführung in die Systemtheorie / Niklas Luhmann. Dirk Baecker (Hrsg.). -1. Aufl. -Heidelberg : Carl-Auer-Systeme-Verl., 2002. S 292