

Das Therapeutische Reiten

Über Einsatzmöglichkeiten einer tierbezogenen Behandlungsform

Von Dipl.-Psych. Claudia Effertz

Zwischen Mensch und Tier herrscht eine tiefe Verbundenheit, die nicht zuletzt auf kulturhistorische und religiöse Wurzeln zurückzuführen ist. Menschen können Beziehungen zu Tieren aufbauen, die denen zu anderen Menschen qualitativ gleichen. Dies stellt eine Voraussetzung zur Nutzung von Tieren als therapeutisches Medium dar. Das Pferd hat historisch wohl neben dem Hund die engste Verbindung zum Menschen und ist aufgrund seiner besonderen physischen und psychischen Beschaffenheit ein idealer Therapiepartner.

Die Bezeichnung „therapeutisches Reiten“ als Oberbegriff umfasst mindestens drei unterschiedliche Bereiche von Aktivitäten mit und um das Pferd:

- Hippotherapie / Reittherapie
- Heilpädagogisches Reiten / Voltigieren
- Behindertenreiten / Rehabilitation

Im Folgenden möchte ich diese Einsatzmöglichkeiten des Pferdes je nach Indikation und Zielsetzung näher erläutern.

Hippotherapie / Reittherapie

Das Wort „Hippos“ stammt aus dem griechischen und bedeutet „Pferd“, „Therapie“ bedeutet Heilbehandlung im medizinischen Sinne. Die Hippotherapie will also Krankheiten heilen, bzw. Schädigungen bessern und ist damit dem Fachgebiet der Medizin zugeordnet. Ärzte verordnen und überwachen diese bewegungstherapeutischen Maßnahmen, die in der Regel von qualifizierten Krankengymnasten

durchgeführt werden. Die Hippotherapie stellt ein allgemein wissenschaftlich anerkanntes Verfahren dar. Ende der 50er Jahre entdeckten Ärzte und Physiotherapeuten die Chance, das Pferd im Rahmen krankengymnastischer Behandlungen einzusetzen.

Dabei kann das Pferd als Übungspartner vor allen Dingen hilfreich sein durch seine eigenen Bewegungen, „Gänge“, die während des Reitens auf den Patienten wirken. Die rhythmischen, dreidimensionalen Schwingungen des Pferderückens in allen drei Gangarten übertragen sich auf den Menschenkörper, wobei sie wohltuende Effekte auf den Stütz- und Bewegungsapparat des Menschen haben (Becken, Wirbelsäule, Gelenke, Muskulatur), aber auch auf die inneren Organe (Darm, Herz-Kreislauf-System). Die Gangarten wirken durchblutungsfördernd, lockernd, kräftigend und anregend durch ihren ständigen Wechsel von statischen und dynamischen Bewegungen. Hinzu kommt, dass die Körpertemperatur des Pferdes circa 1 °C höher ist als die des Menschen und sich so günstig auf muskuläre Verspannungen auswirkt. In der Hippotherapie ist der Reiter überwiegend passiv und stellt sich auf die Bewegungen des Pferdes ein, welches meist geführt oder longiert wird. Der Rücken des Pferdes sollte bequem schwingen. Dies stellt auch Ansprüche an das Therapiepferd. Es muss selber locker und gut durchgymnastiziert sein, es muss zuverlässig mitarbeiten und ein ausgeglichenes Temperament haben. Im Laufe der Jahre haben sich bestimmte Rassen als besonders geeignet herausgestellt, beispielsweise die Tinker. Diese sind auch nicht zu groß, so dass ein problemloses Aufsteigen möglich ist; außerdem sind sie gute Gewichtsträger.

Anwendungsgebiete der Hippotherapie sind

- psychiatrische und psychosomatische Erkrankungen wie entaktualisierte Psychosen, Persönlichkeitsstörungen, Störungen der Kontaktgestaltung, bei Verlusterfahrungen und Traumatisierungen,
- neurologische Erkrankungen wie cerebrale Bewegungsstörungen und Lähmungen,
- orthopädische Erkrankungen wie Wirbelsäulen-Syndrome sowie
- geistige, körperliche und kombinierte Behinderungen.

Heilpädagogisches Reiten / Voltigieren

Zu diesem Bereich des Therapeutischen Reitens passt der Begriff der „Reittherapie“ eigentlich am ehesten. Psychologen oder Pädagogen mit entsprechenden Zusatzqualifikationen führen diese Therapie durch. In den 60 er Jahren hatte sich ein eigenständiger Ansatz zur pädagogischen Nutzung des Pferdes entwickelt.

Menschen mit verschiedensten Behinderungen und Verhaltensauffälligkeiten turnen auf dem Pferd. Dies kann als Einzel- oder Gruppenangebot durchgeführt werden. Im Gegensatz zum herkömmlichen Voltigieren steht nicht der sportliche oder Leistungsaspekt im Vordergrund, sondern die individuelle Förderung insbesondere von Kindern hinsichtlich deren körperlicher geistiger und sozialer Entwicklung.

Das Heilpädagogische Reiten / Voltigieren macht sich das natürliche Bedürfnis und die natürliche Freude von Kindern zu nutze, die gerne geliebt und getragen werden wollen, Streicheln, Füttern und Pflegen genießen. Im Umgang mit dem Tier können Menschen mit dem Tier immer wieder neue Aufgabenstellungen erfahren und bewältigen.

Behindertenreiten / Rehabilitation

Das Behindertenreiten gehört zu den wenigen Sportarten, die Behinderte und Nichtbehinderte gemeinsam in einer Gruppe ausüben können. Für Sinnesgeschädigte, körperlich Behinderte und geistig Behinderte wird eine „alte“ Sportart erschlossen und die konventionelle Reitlehre weiterentwickelt. Gegebenenfalls sind alle Formen des Reitens sogar dem Schwerbehinderten mit speziellen Hilfsmitteln zugänglich. Das Reiten wird dann als Hobby oder als Leistungssport bis hin zur Teilnahme an den Paralympics ausgeübt. In diesem Bereich steht der sportliche Aspekt und die reitsportliche Ausbildung des Reiters im Vordergrund. Zu diesen sportlichen Betätigungen zählt auch das Fahren mit der Kutsche.

Die besondere Eignung des Pferdes als therapeutisches Medium

rührt daher, dass das Pferd

- keine Vorstellung davon hat, was „normal“ ist und daher Kindern und behinderten Menschen im Allgemeinen ohne Vorbehalte begegnet; so können diese Menschen den Teufelskreis von gestörten Eigenwahrnehmung und der bedingenden Reaktion anderer Menschen unterbrechen
- Körperkontakt beinahe uneingeschränkt erlaubt und genießt
- Stimmungen des Menschen wahrnimmt und darauf eingeht
- hochmotivierend wirkt und der sogenannten „Mattenmüdigkeit“ von Kindern in krankengymnastischer Langzeitbehandlung vorbeugt; auch kann das Pferd hilfreich in der Anbahnung der Therapeut-Patient-Beziehung sein
- sich bei guter Ausbildung dem Menschen unterordnet – Kontrolle über ein so großes und starkes Lebewesen stärkt das Selbstvertrauen
- durch seine Bewegungen ein Gefühl des Getragenwerdens vermittelt und somit Defizite früher Entwicklungsphasen – mangelhaftes Urvertrauen – zum Teil ausgleichen kann

Diese Aspekte lassen das Pferd zu einem vertrauenswürdigen Partner in der Therapie werden.

Die Möglichkeiten des Pferdes, im Bereich der Wahrnehmung positiv zu wirken, liegen darin, dass alle Sinne des Menschen angesprochen und aktiviert werden (Riech-, Tast-, Gleichgewichts-, Nah-/Weitsinn). Im Bereich der Motorik kann das Therapeutische Reiten zur Schulung der Fein- und Grobmotorik, wie auch der Gesamtkörperkoordination eingesetzt werden, was den Handlungsspielraum enorm erweitern kann.

Unter ganzheitlichen therapeutischen Gesichtspunkten ist der Umgang mit dem Pferd nicht zu unterschätzen. Durch Aufgaben wie Pflege, Fütterung, Stallreinigung und Vieles mehr werden die mit dem Umgang betrauten Menschen in ein System eingebunden, in dem individuelle Stärken zum Tragen kommen aber auch das gemeinsame Tun Bedeutung hat. Das Erleben der eigenen Fähigkeiten und der eigenen Hilfsbereitschaft sind wesentlich in der Sozialisation von Kindern und als Erfolgserlebnisse zu schätzen.

Grenzen der therapeutischen Nutzung von Pferden liegen in den Kontraindikationen wie schwerer Epilepsie oder Herzschwächen der Betroffenen. Hier sollten andere Verfahren Anwendung finden. Hinsichtlich des allgemeinen Unfallrisikos gibt es nur Erfahrungsberichte unterschiedlicher Institutionen, die allerdings von einem eher geringen Risiko ausgehen. Entscheidend ist aber letztendlich die Ausbildung von Pferdeführer / Therapeut und dem Therapiepferd. Um auch die Freude des Pferdes an seiner verantwortungsvollen und wichtigen Aufgabe zu erhalten, sollte das Tier artgerecht gehalten werden. Nur so kann seine emotionale Zuverlässigkeit gewährleistet werden.

Vertiefende und weiterführende Literatur:

Gäng M (2003) Reittherapie. Reinhardt Verlag. (<http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/3497015954/drmedmichaungero>)

Gäng M (2003) Ausbildung und Praxisfelder im Heilpädagogischen Reiten und Voltigieren. Reinhardt Verlag. (<http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/3497016497/drmedmichaungero>)

Greiffenhagen S, Buck O (2003) Tiere als Therapie. Neue Wege in Erziehung und Heilung. Kynos Verlag. *Derzeit vergriffen*. (<http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/3933228247/drmedmichaungero>)

Heipertz W (1982) Therapeutisches Reiten. Medizin, Pädagogik, Sport. Kosmos. *Derzeit vergriffen*. (<http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/3440043800/drmedmichaungero>)

Reckeweg W (1997) Miteinander – nicht nebeneinander. Förderung des Wir-Gefühls beim Umgang mit dem Partner Pferd. In: ZS für Heilpädagogik, Heft 7

Rieger C (1978) Wissenschaftliche Grundlage der Hippo- und Reittherapie. In: Die Rehabilitation, Heft 1