

# **Lebens- und Sozialberatung im logotherapeutischen Kontext mit dem Erlebniswert pferdegestützter Intervention**

**Lebens- und Sozialberatung im logotherapeutischen Kontext mit  
dem Erlebniswert pferdegestützter Intervention, deren  
Funktionsweise und Auswirkungen auf Klient:Innen und  
Berater:Innen**

## **Diplomarbeit**

Im Rahmen der  
**Ausbildung zur Lebens- und Sozialberaterin  
2020 bis 2023**  
EALP - Europäische Akademie f. Logotherapie und Psychologie  
Körblergasse 10  
Austria, 8010 Graz

Vorgelegt von:  
**Ellen Schlauer**  
Januar 2023

## Eidesstattliche Erklärung

Ich, Ellen Schlauer, erkläre hiermit an Eides Statt, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe; die aus fremden Quellen (einschließlich elektronischer Quellen und dem Internet) direkt oder indirekt übernommenen Gedanken sind ausnahmslos als solche kenntlich gemacht.  
Die Arbeit wurde bisher weder im Inland noch im Ausland in gleicher oder ähnlicher Form einer anderen Prüfungsbehörde vorgelegt und auch noch nicht physisch oder elektronisch veröffentlicht.



Unterschrift

Immendingen, 01.01.2023

Ort, Datum

Genderhinweis:

Im Sinne der besseren Lesbarkeit der Texte wird in der Diplomarbeit die männliche und weibliche Form von personenbezogenen Hauptwörtern gewählt und mit einem Doppelpunkt gekennzeichnet. Frauen und Männer mögen sich von den Inhalten der vorliegenden Arbeit gleichermaßen angesprochen fühlen.

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>1</b>	<b>EINLEITUNG .....</b>	<b>6</b>
<b>2</b>	<b>LOGOTHERAPIE UND WERTE.....</b>	<b>10</b>
2.1	ERLEBNISWERTE.....	15
2.2	ERLEBNISWERTE ERLEBEN MIT PFERD.....	17
<b>3</b>	<b>ABGRENZUNGEN UND ARTEN VON ANDEREN PFERDEGESTÜTZTEN ARBEITEN.....</b>	<b>20</b>
3.1	REITTHERAPIE.....	22
3.2	REITPÄDAGOGIK, LOGOPÄDIE, ERGOTHERAPIE UND HEILPÄDAGOGISCHES ARBEITEN MIT PFERD .....	23
3.3	PFERDEGESTÜTZTE PSYCHOTHERAPIE.....	24
<b>4</b>	<b>PFERDEPSYCHOLOGIE UND LOGOTHERAPIE .....</b>	<b>25</b>
4.1	WECHSELSEITIGE WAHRNEHMUNG MIT ALLEN SINNEN.....	26
4.1.1	<i>Sehen – finale Vorleistung des Vertrauens .....</i>	<i>28</i>
4.1.2	<i>Hören.....</i>	<i>29</i>
4.2	SOZIALVERHALTEN – LEITUNG ANNEHMEN .....	29
4.3	FLUCHTTIER – UMGANG MIT ANGST IN FINALER VORLEISTUNG .....	30
4.4	SPIEGELUNG DES MENSCHEN - UMGANG MIT EMOTIONEN.....	30
4.5	HIER UND JETZT – SEIN.....	31
4.6	MIT EINER SYNAPSE - GEHIRNE VERBINDEN SICH.....	32
<b>5</b>	<b>EXEMPLARISCHE LOGOTHERAPEUTISCHE THEMEN, WO PFERDE HELFEN KÖNNEN.....</b>	<b>33</b>
5.1	TROTZMACHT .....	33
5.2	PARADOXEN INTENTION .....	36
5.3	DEREFLEXION .....	37
5.4	EINSTELLUNGSMODULATION .....	38
5.5	AUTOBIOGRAPHIEARBEIT .....	39
<b>6</b>	<b>DER NUTZEN FÜR DIE BERATUNG.....</b>	<b>43</b>

6.1	VON DYADE ZUR TRIADE.....	46
6.2	BIOFEEDBACK.....	47
6.3	BEZIEHUNGSKOMPETENZEN .....	48
6.4	ACHTSAMKEIT – UMGEBUNG UND SICH SELBST WAHRNEHMEN .....	49
6.5	STRESSSENKUNG .....	50
6.6	SELBSTWERTBEWUSSTSEIN .....	51
6.7	KOMMUNIKATION UND FÜHRUNG – LEITUNG GEBEN .....	53
6.8	ÄNGSTE - ÜBERWINDUNG VON GRENZEN .....	53
6.9	NÄHE UND DISTANZ – NEIN SAGEN OHNE SCHULDGEFÜHLE .....	55
6.10	TATSÄCHLICH VORSÄTZLICH? UMGANG MIT SCHULD .....	57
6.11	ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN .....	59
6.12	SELBST- UND FREMDWAHRNEHMUNG – WEGE FINDEN WO KEINE SIND.....	60
6.13	SEIN ERLEBEN.....	61
6.14	DAS GUTE SUCHEN – POSITIVE EINSTELLUNG ZUM LEBEN UND MITMENSCHEN .....	62
6.15	VERTRAUEN INS LEBEN - NUR WER LOSLÄSST, WIRD VOM LEBEN GETRAGEN.....	63
<b>7</b>	<b>NÖTIGE EIGENSCHAFTEN DES/DER LOGOTHERAPEUT:IN BZW. BERATER:IN .....</b>	<b>65</b>
<b>8</b>	<b>ANFORDERUNGEN AN DAS BERATUNGSPFERD UND DER NÖTIGEN INFRASTRUKTUR .....</b>	<b>67</b>
8.1	ANFORDERUNG AN DAS BERATUNGSPFERD.....	67
8.2	GESUNDERHALTUNG DES PFERDES.....	68
8.2.1	<i>Haltung, Fütterung und Bewegung .....</i>	<i>68</i>
8.2.2	<i>Arbeitsphilosophie.....</i>	<i>68</i>
8.3	ANFORDERUNGEN AN DIE INFRASTRUKTUR.....	70
<b>9</b>	<b>METHODEN / ÜBUNGEN .....</b>	<b>71</b>
<b>10</b>	<b>ZIELGRUPPE .....</b>	<b>73</b>
10.1	EINZELSETTING.....	73
10.1.1	<i>Beratung mit und ohne Pferd .....</i>	<i>74</i>
10.1.2	<i>Walk and Talk mit und ohne Pferd .....</i>	<i>74</i>
10.1.3	<i>Entspannt mit Pferden sein .....</i>	<i>75</i>

---

10.1.4	<i>Körpersprache lernen</i> .....	75
10.2	GRUPPEN-, PAAR- UND TEAMSETTING.....	75
10.3	KINDER UND JUGENDLICHE .....	76
<b>11</b>	<b>BEISPIELE AUS DER PRAXIS.....</b>	<b>77</b>
11.1	SELBSTBILD, PROZESSBLOCKADEN .....	77
11.2	ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN .....	78
<b>12</b>	<b>ZUSAMMENFASSUNG .....</b>	<b>80</b>
<b>13</b>	<b>LITERATURVERZEICHNIS.....</b>	<b>82</b>
<b>14</b>	<b>ABBILDUNGSVERZEICHNIS .....</b>	<b>85</b>

## 1 EINLEITUNG

Tatsächlich ist diese Arbeit das Produkt vieler kleinerer, wegweisender Erlebnisse, Prägungen und Einflüsse, die sich wie einige rote Fäden durch mein Leben ziehen.

Es wäre aber zu beschränkend zu sagen, dass diese Fäden nur diese Arbeit hervorbrachten. Ich betrachte diese Arbeit als ein Mosaiksteinchen von dem Bild, das sich in mir und um mich herum formt.

Vieles und auch unter anderem das obige wurde mir klar, als ich mit meinem Pferd gezielt auf einer kleinen Anhöhe ritt, von dem aus ich einen Teil der Schweizeralpen in der Ferne sehen konnte. Zu unserem beiden Glück waren zu dem Zeitpunkt die Wetterverhältnisse ausgezeichnet, um ohne Dunst die majestätische Schönheit der Berge bewundern zu dürfen.

Es sollte, wie ich tief in meinem Inneren schon ahnte, der letzte Ritt mit meinem alten und weisen "Professor" sein. Dank dem Pferd unter mir, namens Urmel, wagte ich es, über den Tellerrand der Pferdeausbildung zu schauen und überhaupt mein Interesse an der equiden und humanen Psychologie zu entfalten. Mein Leben und mein Urmel haben es mir nie leicht gemacht, aber somit lernte ich mehr, als es vielleicht manch Anderer in meinem Alter je lernen durfte. Mit Pferden aufgewachsen, hatte ich schon ein Gespür für diese Tiere in die Wiege gelegt bekommen. Wir rätseln in der Familie immer noch, von wem dies sein könnte, denn in meiner Herkunftsfamilie gibt es keine Reiter oder Pferdemenschen ...

Mit diesem Gespür entwickelte sich nach und nach auch ein starkes Feingefühl für den Umgang mit Menschen. Es sind 5 Menschen in meine Leben, die mir mehr als alles andere auf dieser Welt das Universum der Logotherapie eröffnet haben.

Auf dem Berg angekommen halten das Pferd und ich an und schauen in die Ferne auf die Schweizer Alpen. Meine Hände auf dem Sattel ruhend, die Zügel durchhängend zwischen meinen Daumen und Zeigefinger gelegt. Auch Urmel schien mit seinem ruhigen Blick und nach vorne gerichteten Ohren dieses Panoramabild zu genießen.

Ich muss lächeln. Denn heute spüre ich, wie jedes Erlebnis, wie jede seelische Verletzung mich genau dahin brachte, wohin ich seit meinem 17. Lebensjahr hinwollte.

Die Logotherapie packte mich schon damals. Sinnhaftigkeit, Ganzheitlichkeit, Einfachheit, Göttlichkeit und die Effizienz dieser Art von psychotherapeutischer Philosophie fesselten mich schon damals und es ist auch heute nicht anders.

Mit meinem Projekt namens „Sinnvoll Schlauer“ will ich meine Gaben und Fähigkeiten für die Menschen einsetzen. Ihnen zu helfen ihre eigene Resilienz, den Umgang mit der Angst, ihr Selbstwertbewusstsein, ihre Werte, das „Mental präsent sein“ lernen und ihrem Schicksal den Sinn abzuringen. Getreu den Worten von Aristoteles: „Wo sich deine Talente mit den Bedürfnissen der Welt kreuzen, dort liegt deine Berufung“ (*Aristoteles (10.01.-384 - 31.12.-322), o. J.*).

Die Heimatberge und die Pferde vermittelten mir unmerklich das logotherapeutische Grundwissen auf lebensnahe Weise. Die Logotherapie scheint wie ein Naturgesetz immer anwesend zu sein. Mit den Metaphern, die wir immer wieder in der Natur wahrnehmen dürfen, wenn wir uns Mühe geben sie zu entdecken.

Dieses Wissen wäre viel zu schade und ein Sinnverlust für mich, wenn ich das nicht meinen Mitmenschen als eine Art Erbe hinterlasse.

Auf dem Heimritt flüsterte ich (nur hörbar für Urmel): „Möge Gott mir dabei helfen, den Menschen die Logotherapie auch durch die Arbeit mit dem Pferd begreifbar zu machen! Hier stehe ich, ich kann nicht anders!“ Es ist mein Sinn im Leben und mein Lebenswerk – Menschen zu helfen, zu ihrem vollen Potenzial zu gelangen.

Die Logotherapie und Existenzanalyse wurde von Prof. Dr. Dr. V. E. Frankl (\*1905 - †1997), einem Wiener Neurologen und Psychiater, entwickelt. Diese ganzheitliche Einstellung wird in der Beratung angewandt, um schnell und effektiv die individuellen Werte, Ressourcen und den Lebenssinn in allen verschiedenen Aspekten des Lebens zu entdecken. Auf persönlicher, aber auch auf beruflicher Ebene streben wir als Menschen nach einem Sinn, der unsere primäre Motivation ist.

Der Mensch ist selbst ein Mitgestalter seines Lebens, trotz Niederschlägen, trotz seines Schicksals.

Der Mensch hat die Wahl, wie er die veränderbaren Umstände gestalten will und wie er zu den unveränderbaren Umständen stehen möchte.

Die Logotherapie ist eine sinnzentrierte Psychotherapie. Ziel ist die Sinnrealisierung und Werteverwirklichung in allen Lebensbereichen.

Die Logotherapie wird im Rahmen einer psychologischen Beratung dabei helfen, neue Lösungsansätze und Perspektiven zu finden, die Persönlichkeitsentwicklung zu fördern, Resilienzen zu entdecken und Werte zu manifestieren. Das eigene Leben wird mit vollem

Potenzial begonnen. Prägungen, Erziehung, Erfahrungen und Krisen haben dieses Potenzial zum Teil verschüttet.

Die Logotherapie hilft dabei, das Verschüttete neu zu entdecken. Denn im Leben gibt es genug Krisen, Konflikte und schwierige Situationen, die uns psychisch negativ beeinflussen. Diese Art von Beratung hilft, sich von den inneren belastenden Zuständen zu distanzieren.

Die Logotherapie schenkt dem Menschen auch für die unveränderbaren Umstände gewinnbringende Werkzeuge, denn niemand ist Opfer des eigenen Lebens, sondern Gestalter.

Der Mensch ist ein frei entscheidendes Wesen. Jeder Sportler und Mensch mit einem Ziel hat einen Trainer, Coach, Begleiter oder Ratgeber. Warum nicht auch für das persönliche Leben?

*"Was wir jedoch betonen, das ist die Tatsache, dass der Mensch als geistiges Wesen sich der Welt – der Umwelt wie Innenwelt – nicht nur gegenübergestellt findet, sondern ihr gegenüber auch Stellung nimmt, dass er sich zur Welt immer irgendwie »einstellen«, irgendwie »verhalten« kann und dass dieses Sich-Verhalten eben ein freies ist (Frankl & Batthyány, 2017, S. 268). "*

Im Folgenden werden wir uns in Kürze die Logotherapie im Allgemeinen ansehen, um uns dann die wissenschaftliche Sicht über psychosoziale Beratung im logotherapeutischen Kontext mit pferdegestützter Intervention anzusehen.

## 2 LOGOTHERAPIE UND WERTE

„Werte ziehen den Menschen, er wird nicht getrieben“ (Biller & Stiegeler, 2008, S. 520).

Werte sind laut den soziologischen Theorien ein Maßstab zur Entscheidungsfindung (vgl. Biller & Stiegeler, 2008, S. 518). Und auch „in der Logotherapie sind Werte sinnvolle Möglichkeiten für den Menschen, um zu einem sinnerfüllten Leben zu gelangen (...) Sie sind Orientierungs- und Entscheidungshilfen im Leben des Menschen“ (Biller & Stiegeler, 2008, S. 518).

Werte können laut Frankl, Begründer der Logotherapie, durch ihre unterschiedlichen Inhalte sich auch widersprechen. Dieser Wertekonflikt kann durch ein Erforschen des jeweiligen Geltungsbereichs der widersprechenden Werte aufgelöst werden (ebd.).

Werte sind also „umfassende Sinnmöglichkeiten, Sinnuniversalien, die den Menschen auch in Konflikte stürzen können“ (Biller & Stiegeler, 2008, S. 519).

Frankl hat teilweise die Wertelehre von Schelers übernommen. Es gibt die schöpferischen Werte, die Erlebniswerte und die Einstellungswerte. Wobei Letztere einen besonderen Stellenwert in der Logotherapie haben (vgl. Riemeyer, 2007, S. 17).

Aufgrund dessen, dass es sich in der logotherapeutischen Beratung mit pferdegestützter Intervention um in der Praxis und in der Beratung angewandte Erlebniswerte handelt, werden wir uns in dieser Arbeit überwiegend mit den Erlebniswerten befassen.

Zur allgemeinen Übersicht wird nachfolgend die logotherapeutische Sicht auf Werte im Allgemeinen beleuchtet.

Die sogenannte Wertetriade Frankls hilft dabei, den individuellen Sinn des Lebens zu finden. „Der Mensch wird zum Menschen immer dadurch, dass er sich dem anderen hingibt“ (Frankl, 1993, S. 172). Darauf folgt das berühmte Zitat: „Was der Mensch ist, das ist er durch die Sache, die er zur seinen macht.“ (ebd.).

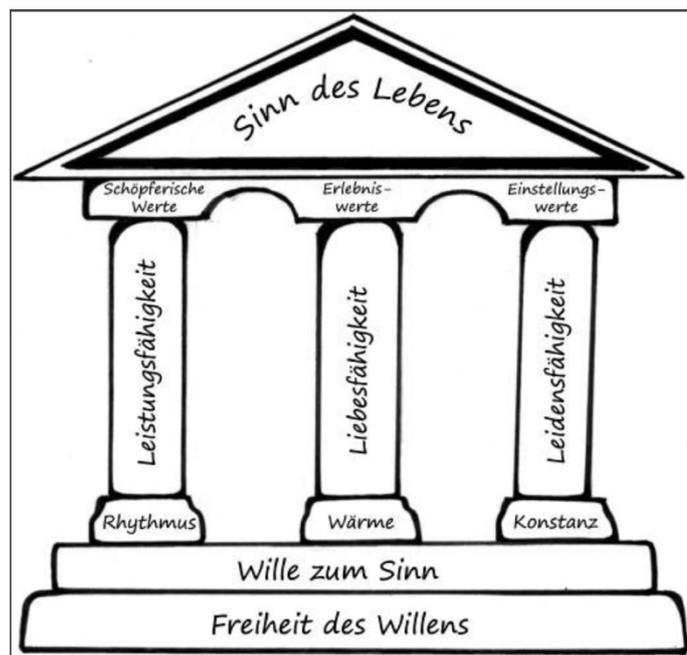


Abbildung 2 (Schechner & Zürner, 2016, S. 45)

Abbildung 1 <https://www.ursula-berghofer.at/> (2022)

In der Anthropologie der Logotherapie wird von den drei Dimensionen der Person (siehe Abbildung 1) und den vier Dimensionen des Menschseins gesprochen. Laut Frankl beinhaltet die vierte Dimension die soziale Komponente des Menschseins.

Die Erlebniswerte (siehe Abbildung 2) geben uns individuelle Ressourcen, die wir außerhalb menschlicher Gemeinschaft für uns selbst entdecken dürfen oder sogar entdecken müssen. Um den Sinn des Lebens zu finden, ist es laut Frankl wichtig, die geistige Dimension des Menschen anzusprechen. Dazu gehören: „u. a. folgende spezifisch menschliche Vorgänge: sachliches und künstlerisches Interesse, Kreativität, Religiosität und ethisches Empfinden („Gewissen“), freie Entscheidungen, Liebe, Selbsttranszendenz, Freiheit, Verantwortung, Einstellungen, Wert- und Sinnorientierungen, Hoffnung, Weltoffenheit, Begeisterung, Berufsethos etc.“ (Riemeyer, 2007, S. 99). Sinnfindung geschieht unter anderem durch Werteverwirklichung. Laut Frankl ist das Gewissen unser Sinnorgan, das in jeder Lebenssituation den einmaligen und verborgenen Sinn erspürt. Dafür sind die im Menschen liegenden Werte ein Indikator (vgl. Riemeyer, 2007, S. 206, 207). Es ist die Aufgabe des Menschen, seine Wertehierarchie sinnvoll anzuordnen oder gar erst zu erstellen. Das gelingt auch während dem derzeitigen scheinbaren Werteverfall der Gesellschaft. Werte sind immer gegenwärtig, es kommt nur auf deren Priorisierung an.

Wobei der Einstellungswert neben dem schöpferischen Wert und Erlebniswert unverrückbar an erster Stelle bleibt (vgl. Riemeyer, 2007, S. 230). Auch hier ist es laut Frankl wichtig, einen Maßstab, ein Wertmaximum zu haben, daher sind Werte laut Frankl relativ:

„Sie sind nicht relativ auf das Subjekt (den Wertenden) hin, das da wertet, sondern sie sind relativ auf einen absoluten Wert hin. Nur von einem absoluten Wert her kann erst gewertet werden (...). Erst von dem Wertmaximum erhalten die Dinge, die Sachen ihren Wert und die Personen ihre Würde“ (Frankl, 1975, S. 345).

Laut Frankl ist dieses Wertemaximum Gott.

In der Logotherapie wird in der individuellen Lebenssituation des Klienten nach der sinnvollsten Möglichkeit gesucht, voll im Einklang mit seinen oder ihren individuellen Werten. Es liegt also nahe, dass die Logotherapie sich vor allem mit dem Sinn und den Werten im Leben befasst.

E. Lukas stellte bei einer ihrer eigenen Befragungen fest, dass diese Werte in ihrer Wichtigkeit zur Sinnfindung prozentual einstuftbar sind. Dabei sind 50 % schöpferische Werte, 25 % Erlebniswerte und 25 % Einstellungswerte (vgl. Riemeyer, 2007, S. 226):

1. Der schöpferische Wert (Ansprache des Physischen im Menschen) – der Mensch erfüllt seinen Sinn im Tun und Schaffen, sein Leben aktiv zu gestalten, etwas Sinnvolles in die Welt hineinzugeben und das Umfeld zu bereichern. Er ist gemeinschaftsbezogen und zeigt, dass es sich lohnt zu leben. „Der „Roman“, den einer gelebt hat, ist noch immer eine unvergleichlich größere schöpferische Leistung als der, den jemand geschrieben hat“ (Frankl, 2015, S. 75).

„Die Welt reicher machen durch sein Tun“ (Biller & Stiegeler, 2008, S. 530), das ist das Ziel des schöpferischen Wertes.

2. Der Erlebniswert (Ansprache des Psychischen) - auf diesen Wert wird im nächsten Abschnitt intensiv eingegangen. Hier sei gesagt, dass sich dieser Wert auf das Erleben „um die innere Bereicherung“ (Riemeyer, 2007, S. 234) dreht.

„Sich selbst reicher zu machen durch sein Erleben der Welt“ (Biller & Stiegeler, 2008, S. 530).

3. Der Einstellungswert (Ansprache des Geistigen) – der wichtigste und in der Hierarchie an erster Stelle stehender Wert in der Logotherapie (vgl. Riemeyer, 2007, S. 231–232).

Laut Frankl bleibt, selbst wenn äußere Umstände unabänderbar sind, die innere Freiheit bestehen. Die Freiheit des „Wie der jeweiligen Einstellung“ (Riemeyer, 2007, S. 236).

„Es ist die Frage, *wie* der Mensch „in Bezug auf das Lebensganze““ (Biller & Stiegeler, 2008, S. 530) zu der Situation steht.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass schöpferische Werte etwas Wertvolles in die Welt hineinlegen, die Erlebniswerte helfen dabei, etwas Wertvolles aus der Welt in sich aufzunehmen und die Einstellungswerte zeigen die bedingungslose Freiheit und Würde des Menschen (vgl. Riemeyer, 2007, S. 245). Der Mensch kann für alles Stellung beziehen, die Lebenssituation für sich werten und sehen.

In diesem Abschnitt wurde im Groben aufgezeigt, wie die Logotherapie die individuellen Werte eines Menschen sieht und wie diese zum persönlichen Sinn des Lebens führen.

Da es sich in der vorliegenden Arbeit explizit um den Erlebniswert handelt, wird im nächsten Abschnitt näher darauf eingegangen.

## 2.1 ERLEBNISWERTE

Laut Riemeyer sind den Menschen Erlebnisse wichtiger als Gegenstände (vgl. Riemeyer, 2007, S. 207).

Sie erlauben dem Menschen wertvolles aus der Welt in Liebe und Begegnung in sich aufzunehmen, um sich selbst damit zu bereichern (vgl. Riemeyer, 2007, S. 234).

So ließe sich sagen, dass die Liebe einer der tiefsten Erlebniswerte ist. Frankl und Riemeyer formulierten es folgendermaßen: „das Erleben des anderen Menschen in dessen ganzer Einzigartigkeit und Einmaligkeit“ (ebd.) „Du und niemand sonst“ (ebd.). Angewandte Logotherapie bedeutet, das Gegenüber mit einem liebenden Blick anzusehen. Das heißt das Potenzial des Menschen zu sehen und nicht nur den jetzigen Zustand. Es bedeutet zu sehen, was aus ihm oder ihr werden kann und dabei seine oder ihre offenen Möglichkeiten zu sehen. Jeden einzelnen Lebensaugenblick (ebd.).

Erlebniswerte sind laut Riemeyer weitaus mehr, als das in der heutigen Zeit häufig praktizierte „Kick- und Likes sammeln“. Der „homo amans“ nimmt das Erlebte in sich in totaler Hingabe auf - mit allen Sinnen. Sei es in der Alltagsschönheit, Natur, Kunst oder auf einem Berggipfel, in der Musik, im Gottesdienst und in Vorträgen. All das inspiriert zum Sinn. Es kann nur der Mensch die Erlebniswerte wahrnehmen, der dafür auch bereit ist, „die Schönheit oder Wahrheit des Seins“ in sich hineinfließen zu lassen (ebd.).

Frankl nennt es auch die wichtigen Voraussetzungen für dieses Erleben. So benötigt das Ausleben der schöpferischen Werte ein vorhandenes Talent, das weiter zu Entfaltung gebracht wird. Die Erlebniswerte jedoch fördern das, was ohnehin schon da ist: wie Ohren, Augen und Tastsinn.

Leider sind viele Menschen diesem Erleben im geistigen Sinne verschlossen. Ihr Gefühlsleben ist abgestumpft, was nicht heißt, dass diese Emotionalität nicht wieder wachgeküsst werden kann. Dafür benötigt es verschiedene Grade von Erlebniswerten.

Laut Böckmann (Logotherapeut) gibt es sozial gebundene und nicht sozial gebundene Erlebniswerte (vgl. Riemeyer, 2007, S. 235).

Sozial gebundene Erlebniswerte: „Begegnungen, Solidarität, Aufopferung, Zuneigung, aktives Zuhören, (...), Empathie“ (Riemeyer, 2007, S. 235). Hingabe an einen anderen Menschen.

Nicht sozial gebundene Erlebniswerte: „Selbstüberwindung, Naturliebe (...)" (Riemeyer, 2007, S. 235).

Frankl spricht ergänzend von „Über-sich-Hinauswachsen“ und Grenzerfahrungen sammeln (ibd.)

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Erlebniswerte ein, total ins Leben eintauchen und einlassen' erlauben.

## 2.2 ERLEBNISWERTE ERLEBEN MIT PFERD

„Werte können wir nicht lehren – Werte müssen wir leben“ (Frankl, 2012, S. 140).

Die Beziehungsfähigkeit ist nicht nur dem Menschen vorbehalten, sondern ist auch bei den Tieren zu finden. Denn nur so kann das Tier eine Beziehung zum Menschen aufbauen.

Durch Kontakt entsteht Begegnung, durch Begegnung entsteht Beziehung.

Dies können wir uns auch in der Beratung zur nutze machen, wie hier im Abschnitt erläutert wird.

Es ist nachgewiesen, dass Tiere die Aufmerksamkeit des Menschen schneller auf sich ziehen, als es Objekte tun. Dieser Vorsprung kann ein wichtiger Schlüssel sein, um mit den Klienten:innen in Kontakt zu treten und Lernprozesse in Gang zu setzten (vgl. Gomolla, 2016, S. 11). So erzählen Klienten:innen „von einer positiv erlebten Verankerung im Hier und Jetzt, in denen Gedanken nicht abdriften können, sondern es eine starke Aufmerksamkeit auf das Pferd gibt“ (Gomolla, 2016, S. 11).

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass Pferdeintervention bei folgenden Kategorien erwiesenermaßen hilfreich sein kann:

- Führungsverhalten des Menschen (der Mensch erlebt seinen individuellen Führungsstil als gut und angemessen; sollte es nicht der Fall sein, wird ihm das Pferd ein entsprechendes Biofeedback geben und es kann eine Verbesserung erfolgen)
- Selbstwertbewusstsein
- Selbstvertrauen

- Anerkennung
- Aufgabenbewältigung
- Entscheidungsfindung
- Grenzen setzen
- Durchsetzung und Kommunikationsverhalten
- U.v.m.

(vgl. Schütz, 2020, S. 151)

Wie läuft so eine Beratungseinheit mit Pferdeintervention ab?

Bei einem Erstgespräch werden Ziele des Klienten und der Ablauf des Pferdecoachings besprochen und persönliche Details geklärt.

Wenn der/die Klient:in dann zum Termin an den Stall kommt, wird gemeinsam das Pferd von der Weide abgeholt. Dabei lernen sich Pferd und Mensch kennen. Für den Beratenden sind die ersten Augenblicke wichtig für die Einschätzung der Beziehung zwischen Klient:in und Pferd.

Gemeinsam wird das Pferd zum Putzplatz geführt und erstmal gereinigt – das Fell von Unreinheiten befreit. Hier wird die später erwähnte Beziehungstriade besonders gefördert und gestärkt.

Am Arbeitsplatz wird schließlich das Pferd und die Umgebung, je nach Zielstellung des/der Klienten:in, für den Prozess genutzt. Hier kommen die logotherapeutischen Werkzeuge zum Einsatz.

Zum Schluss wird das Tier wieder zurück zur Weide gebracht und mit einem „Dankeschön“ in die Freiheit der Weide entlassen (vgl. Staupendahl & Schröder, 2020, S. 14).

Im Nachfolgenden wird ein Bruchteil der möglichen Pferde – Einsatzbereiche oder vielmehr Themen und ihre Umsetzung nahegebracht.

Zunächst aber wird eine Abgrenzung zu anderen pferdegestützten Arbeiten erörtert.

### **3 ABGRENZUNGEN UND ARTEN VON ANDEREN**

#### **PFERDEGESTÜTZTEN ARBEITEN**

In diesem Abschnitt beschäftigen wir uns mit der Abgrenzung der anderen pferdegestützten Interventionen, um die feinen Unterschiede zu der hier thematisierten Beratung mit Pferd zu erkennen.

Heutzutage wird Coaching als ein Sammelbegriff der verschiedenen Arten der Beratung genutzt, ob mit oder ohne Pferd. Hierbei soll durch verschiedene Methoden die Zielsetzung des Klienten oder der Gruppe erreicht werden. Dabei wird der/die Berater:in individuell prozessbegleitend arbeiten. Coaching oder Beratung richtet sich an den gesunden Menschen, der spürt, dass in privater, als auch beruflicher Ebene eine Verhaltensänderung angebracht ist, sich jedoch selbst nicht die richtigen Fragen stellen kann oder selbst die Energie dafür nicht aufbringen kann oder will (vgl. Schütz, 2022, S. 8).

Zunächst einmal lässt sich die Tiergestützte Beratung von einer Therapie im Allgemeinen als eine nicht therapeutische Maßnahme betrachten, da sie nur bei einem gesunden Menschen Anwendung findet und bei privaten und beruflichen Themen hilfreich sein soll. (vgl. Schütz, 2022, S. 9).

Wohingegen eine tiergestützte Therapie wie folgt von der ESAAT definiert wird:

„...sozialintegrative Angebote mit Tieren für Kinder, Jugendliche, Erwachsene wie ältere Menschen mit kognitiven, sozial-emotionalen und motorischen Einschränkungen,

Verhaltensstörungen und Förderschwerpunkten (European Society of Animal Assisted Therapy, o. J., S. 2)“.

Es können auch andere Tierarten wie beispielweise Katzen, Hunde, Alpakas, Hasen und Delphine eingesetzt werden. Wobei jede Tierart ihre natürlichen Vorzüge und Einsatzgebiete hat (Vgl. *Tiergestützte Therapie - Therapie mit Tieren*, o. J.).

Pferdegestützte Beratung umfasst keine therapeutischen beziehungsweise klinischen Themen und es wird auf den Pferden nicht geritten. Bei dem/der Klient:In handelt es sich um nicht beeinträchtigte Personen.

Pferde werden aber außerdem auch im therapeutischen Zusammenhang eingesetzt. Beispielsweise bei der Hippotherapie, in der (Heil-)Pädagogik oder auch in der Ergotherapie. Auch die Psychotherapie, wie beim Aufarbeiten von Traumata, kommen diese Tiere häufig zum Einsatz.

Im heilpädagogischen Kontext unterstützen die Pferde die soziale / geistige Entwicklung. In ergotherapeutischen Kontext unterstützen diese Tiere konzentriert die Wahrnehmung, Motorik, Sensorik.

Im hippotherapeutischen Kontext ist die Hilfe in der Körperbeweglichkeit und Muskelaktivität, die die Pferde erfolgreich unterstützen.

Psychotherapie konzentriert sich auf das Aufarbeiten klinischer Krankheitsbilder. Beispielsweise in emotionaler, sensomotorischer, kognitiver und perzeptiver Richtung.

Nachfolgend werden die einzelnen Punkte genauer betrachtet (Vgl. Schütz, 2022, S. 10–11).

### **3.1 REITTHERAPIE**

Therapeutisches Reiten oder Reittherapie wird ärztlich beziehungsweise von anderem Fachpersonal begleitet. Hierbei sind physio- und psychotherapeutische Inhalte gegeben. Hierbei agiert das Pferd überwiegend als Reittier, um in der Körpertherapie zu unterstützen, bei der Sensomotorik und Motorik im Vordergrund steht.

Im Sprachgebrauch wird die Reiztherapie gerne mit der Hippotherapie gleichgesetzt, was aber bei genauem Hinsehen nicht korrekt ist.

Die Hippotherapie wird von Ärzten und Physiotherapeuten mit entsprechender Weiterbildung durchgeführt und hat den Schwerpunkt der krankengymnastischen Arbeit im Sinne einer medizinischen Maßnahme. An dieser Stelle unterscheiden sich jedoch die Definitionen aus verschiedenen Ländern. Hier wird u.a. die Haltungskontrolle geübt und gefestigt (Vgl. Schütz, 2022, S. 11).

## **3.2 REITPÄDAGOGIK, LOGOPÄDIE, ERGOTHERAPIE UND**

### **HEILPÄDAGOGISCHES ARBEITEN MIT PFERD**

Vollständigkeitshalber sei auch die Reitpädagogik, heilpädagogisches Reiten und Voltigieren erwähnt. Bei diesen pferdegestützten Interventionen geht es primär um die Förderung der geistigen und sozialen Kompetenzen, Koordination, Balance und Körpergefühl.

Je nach Zielsetzung können Pferde auch die Lern- und Konzentrationsfähigkeit, Orientierungssinn und Feinmotorik fördern.

In der Ergotherapie als auch in der Logopädie wird das Pferd als Medium eingesetzt. Die Patienten sitzen hierbei nicht ausschließlich auf dem Pferd, sondern sind auch bei der Vor- und Nachbereitung rund um die Pferdepflege dabei. So kann während dem Vorbereiten des Pferdes besser auf den Patienten individuell eingegangen werden und der Therapeut kann angepasste und individuelle Zugänge zu der Therapie des Patienten finden. Durch die nebenher erhaltenen Erfolge, kann auch das Selbstvertrauen gestärkt werden.

In der Ergotherapie und Logopädie soll der Mensch ganzheitlich abgeholt werden. Durch das Fokussieren auf das Pferd, sei es durch das Beobachten desselben oder das Erledigen einer Aufgabe, wird die Konzentrationsfähigkeit gestärkt. Auch die Reaktionsfähigkeit, Selbsteinschätzung und Flexibilität wird dabei ganzheitlich gefördert. Bei den Reiteinheiten wird durch die einzigartige dreidimensionale Bewegung des Pferderückens, die sich auf den reitenden Patienten überträgt, Haltung, Gleichgewicht und Koordination passiv trainiert.

Hierbei muss besonders auf die körperlichen und nervlichen Eigenschaften des Pferdes individuell geachtet werden. Im Kapitel 6 wird darauf näher eingegangen (Vgl. Schütz, 2022, S. 11–13).

### **3.3 PFERDEGESTÜTZTE PSYCHOTHERAPIE**

Hier steht eine andere Zielgruppe als in der pferdegestützten Beratung im Vordergrund. Betroffen sind Menschen, die nach ICD-10 und DSM-5 durch approbierte psychologische oder ärztliche Psychotherapeuten und Psychiater behandelt werden. Je nach Ermessen des Therapeuten kann das Pferd auf verschiedene Arten eingesetzt werden (Vgl. Schütz, 2022, S. 13–15).

Wie auch im Coaching wird auch hier die Spiegelung des Pferdes genutzt und das Pferd dient als Eisbrecher, um schneller an das Hauptproblem zu kommen. Die Länge der jeweiligen Einheit ist individuell und richtet sich auch nach der Schwere der Erkrankung. Auch in diesem sicheren Raum kann der/die Klient:in mit dem Pferd seinen/ihren Gefühlen leichter freien Lauf lassen.

Die Pferde können auch in diesem Bereich mit verschiedenen Krankheitsbildern in Verbindung gebracht werden.

Hier kann deren Unterschied zum Coaching darin gesehen werden, dass die Psychotherapie ihren Fokus auf die Krankheit legt und die Bearbeitung des Problems und bei der Lebensberatung der Fokus darin liegt, die Ressourcen des Klienten zu aktivieren (vgl. Schütz, 2022, S. 14–15).

## 4 PFERDEPSYCHOLOGIE UND LOGOTHERAPIE

Intelligenz, ein Wort, das auch in der Humanpsychologie schwer zu definieren ist. Sie wird als die Fähigkeit gesehen, das Denken auf neue Herausforderungen einzustellen, als geistige Anpassungsfähigkeit. Seien es Lebensaufgaben oder geänderte Lebensumstände und auch kognitive Fähigkeiten zählen dazu. Oder auch die Fähigkeit sinnvoll zu denken, Zusammenhänge zu verstehen oder optimale Lösungsansätze zu finden.

Diese Eigenschaften finden wir auch in der Tierwelt und bei unseren Hauspferden. Jedoch sollten wir uns davor hüten, die Intelligenz aus der Tierwelt mit der unserer menschlichen zu vergleichen.

Jedes Lebewesen auf diesem Planeten ist so perfekt auf sein Leben von seinem Schöpfer programmiert worden, dass es eine hohe Intelligenz für seinen Lebensraum und seine Lebensweise aufweist.

Das Pferd ist mit feiner Wahrnehmung, einer ausdrucksstarken Mimik und Gestik und einer hohen sozialen Intelligenz ausgestattet worden. Perfekt intelligent für seinen Lebensraum.

Die Voraussetzung für ein intelligentes Lebewesen ist die Lernfähigkeit und das Lernverhalten. Diese sind bei den Pferden in einem hohen Maße gegeben.

Wir Menschen haben die Ehre, das Pferd mit den Erfahrungen mit uns zu formen und auch für uns zu „nutzen“. Wir müssen nur auf seine Signale achten (vgl. Gabor, 2020, S. 21–22).

In dieser Arbeit soll es primär um die Möglichkeiten der pferdegestützten Intervention bei der Logotherapie gehen. Dabei ist es wichtig zu verstehen, wie die Pferde von ihrem

Schöpfer programmiert worden sind, um sich so eine bessere Übersicht über die Einsatzmöglichkeiten zu machen. Daher werden nur die spezifisch logotherapeutisch nützlichen Eigenschaften genannt, um nicht den Rahmen der Arbeit zu sprengen. Nachfolgend ein kurzer Exkurs in die Psychologie der Pferde.

#### **4.1 WECHSELSEITIGE WAHRNEHMUNG MIT ALLEN SINNEN**

Pferdegehirne arbeiten eher stimulus- als zielorientiert. Sie besitzen keinen Frontallappen. Das heißt, sie werden nicht durch interne Pläne oder Ziele motiviert, sondern eher durch Signale (Gerüche, Geräusche, Berührungen). Das bedeutet allerdings auch, dass ein Pferd nichts Vorsätzliches planen kann, was für ein Beutetier auch seine Vorteile hat. Warum sollte es allzu viel darüber nachdenken können, dass es in 5 Minuten von einem Tiger verspeist werden könnte? Pferde haben in ihrer Wahl der passenden Reaktion weniger Spielraum als wir Menschen (vgl. Jones, 2022, S. 223–224). Die Trotzmacht des Geistes ist bei ihnen nicht vorhanden, und wenn, dann nur ankonditioniert oder anerzogen, aber niemals aus internistischer Motivation.

Natürlich haben Pferde einen freien Willen. Sie buckeln gerade dann, wenn es der Reiter nicht will, oder stellen sich auch mal stur hin und bewegen sich keinen Zentimeter.

Pferde haben die Möglichkeit, zwischen Verhaltensweisen zu wählen, aber nicht mit dem Hintergrund, die Konsequenzen einzelner Handlungen abzuschätzen, so wie wir Menschen das tun (vgl. Jones, 2022, S. 291).

Der präfrontale Cortex ist also zusammenfassend zuständig für Handlungskontrolle und deren Ausführung. Bei Hunden ist dieser noch zu 5 % von der gesamten Hirnmasse

vorhanden, bei uns Menschen 33 % und beim Pferd satte 0 %. Dazu haben wir Menschen eine Vernetzung der einzelnen Gehirnareale, die beim Pferd bei Weitem nicht so ausgeprägt sind (vgl. Jones, 2022, S. 288).

Das Gehirn des Pferdes hat also durch den fehlenden präfrontalen Cortex keinen Filter, der die instinktiven Reaktionen filtert, sondern die Botschaften gelangen direkt zu dem Bewegungsapparat, dem Motorcortex (vgl. Jones, 2022, S. 28). Deshalb scheut ein Pferd zuerst, bevor es denkt. Alles andere wäre als Beutetier auch suboptimal (vgl. Jones, 2022, S. 30). „Sie sind kluge Tiere, aber sie haben keinen entsprechend ausgeprägten präfrontalen Cortex, um ihre instinktiven Handlungen vollständig zu steuern (Jones, 2022, S. 30).“

Die Pferde haben aber ein Geheimnis – sie können jede ihrer 1 Milliarde Neuronen (wir Menschen haben 100 Milliarden) mit bis zu 10.000 Verbindungen mit weiteren Neuronen verbinden (vgl. Jones, 2022, S. 36).

Das Spannendste: Verknüpfungen im Gehirn entstehen durch Erfahrungen, so wie auch bei uns Menschen. Das passiert täglich. Macht ein Fohlen seine ersten Schritte auf den Menschen zu, dann formen sich neue Verbindungen zwischen den Neuronen. Diese werden Tag für Tag stärker, je öfter das Fohlen diese Schritte auf den Menschen zu macht. Die Bindung wird stärker. Es folgen akustische Signale des Menschen, es läuft dem Menschen nach und darf dadurch in dessen Welt eintauchen, und so neue Erfahrungen sammeln. Die Bindung wird zu der sachkundigen Person gestärkt. Es entstehen immer mehr neue Neuronenverbindungen.

Der Mensch verändert das Gehirn des Pferdes und das Pferd verändert das Gehirn des Menschen, denn auch der Mensch lernt durch das Pferd täglich dazu (vgl. Jones, 2022, S. 37).

Pferde lernen im Übrigen durch Assoziation, Beobachtung, Problemlösung, Konsequenz, Ausprobieren und Emotion (vgl. Jones, 2022, S. 157).

Das ist wohl auch der Grund, warum diese Tiere trotz ihres fehlenden präfrontalen Cortex und ihrer geringen Fähigkeit, sich über Instinkte hinwegzusetzen, dennoch lernen können, Impulskontrolle zu entwickeln und mit uns Menschen zu kooperieren.

Wir halten für uns also fest, dass das Pferd immer ein Fluchttier bleiben wird und nur durch Vertrauen in den sachkundigen Menschen für uns handhabbar wird.

#### **4.1.1 SEHEN – FINALE VORLEISTUNG DES VERTRAUENS**

Pferde sehen ihre nahe Umgebung verschwommen und dennoch nehmen sie jede kleinste Bewegung wahr (vgl. Jones, 2022, S. 41). Im Gegensatz zum Menschen, die wir ein Gesichtsfeld von 180 Grad haben, hat das Pferd 180 Grad auf jeder Seite. Durch diese seitlich sitzenden Augen hat das Pferd also ein Gesichtsfeld von 360 Grad. Außer direkt vor und hinter ihnen, denn da befindet sich der Tote Winkel (vgl. Jones, 2022, S. 47–49). Aus diesem Grund ist es vorteilhaft, sich dem Pferd immer seitlich auf Schulterhöhe anzunähern (vgl. Jones, 2022, S. 56). Ein weiterer Vertrauensbeweis uns Menschen gegenüber ist, dass sich das Pferdeauge sehr schlecht an Dunkelheit adaptiert. Führen wir das Pferd beispielsweise aus der Dunkelheit in den hellen Stall, dann benötigt es 45 Minuten, um wieder etwas sehen zu können (vgl. Jones, 2022, S. 62). Es folgt seinem

Menschen quasi blind. Dazu haben Pferde eine gewisse Farbenblindheit (vgl. Jones, 2022, S. 70) und kaum Tiefenschärfe, sehen also quasi zweidimensional (vgl. Jones, 2022, S. 64).

Kein Wunder also, das auch ein Felsbrocken am Wegesrand zunächst wie ein in der Ecke kauender Bär aussieht und auch als solches vorsichtshalber gewertet wird. Alles andere könnte eine fatale Fehlentscheidung sein. Dennoch vertrauen uns diese Tiere blind und sind bereit aus Vertrauen heraus dem evtl. Bären gelassen entgegenzutreten, wenn der Mensch auch meint, es sei nichts Gefährliches.

#### **4.1.2 HÖREN**

Pferde hören den Ultraschall einer Fledermaus oder einer Hundepfeife, wir nicht (vgl. Jones, 2022, S. 72).

Dementsprechend können Equiden aus unserer Tonlage die Emotion des Menschen lesen und reagieren entsprechend (vgl. Jones, 2022, S. 75).

### **4.2 SOZIALVERHALTEN – LEITUNG ANNEHMEN**

Pferde sind Herdentiere und vertrauen einem Leittier vollkommen (vgl. Jones, 2022, S. 31). „Das Pferd braucht keine Freunde oder „Follower“, es braucht Sie als vertrauenswürdiges Leittier (Jones, 2022, S. 32).“

Es liegt in seiner Natur dem zu folgen, der Souveränität ausstrahlt.

Im Übrigen haben Pferde 10 Millionen verschiedene vokale Ausdrucksweisen (vgl. Jones, 2022, S. 82), was sie als soziale Wesen ausweist.

Nur deshalb, weil sie so soziale Tiere sind, können wir sie auch in der logotherapeutischen Beratung einsetzen.

### **4.3 FLUCHTTIER – UMGANG MIT ANGST IN FINALER VORLEISTUNG**

Das Pferd ist ein Fluchttier. Geräusche, die leise und aus einer nicht einsehbaren Quelle kommen, können auf einen Beutegreifer hindeuten und werden sicherheitshalber zunächst als bedrohlich eingestuft. Dazu gehören auch kurze, schnelle Bewegungen, festgehalten werden (schränkt die Fluchtmöglichkeit ein), Dunkelheit und enge Durchgänge, Trennung von der Gruppe. All das kann den Tod bedeuten (vgl. Jones, 2022, S. 32–33). Dennoch lernt das Pferd mithilfe des Menschen, nicht alles so dramatisch und pessimistisch zu sehen.

Das Pferd lernt, dass es sich von sich selbst nicht alles gefallen lassen muss.

### **4.4 SPIEGELUNG DES MENSCHEN - UMGANG MIT EMOTIONEN**

Von Natur aus spiegelt das Pferd den Menschen. Wenn der Mensch gestresst und angespannt ist, wird das Pferd auch angespannt und gestresst sein und dementsprechend reagieren (vgl. Jones, 2022, S. 253). Eine weitere Ausführung nehmen wir in einem anderen Kapitel vor.

## 4.5 HIER UND JETZT – SEIN

"Pferde lügen nie und haben auch niemals ein materielles Denken. Sie leben in der Gegenwart, haben aus der Vergangenheit gelernt und interessieren sich nie für die Zukunft (Jean-Claude Dysil) (*Zitate von Horseman*, o. J.)."

In einer Studie wurden Probanden gebeten, pro Tag jeden Gedanken über die Zukunft aufzuschreiben. Durchschnittlich wurde so während der wachen Zeit alle 16 Minuten 69-mal etwas in diese Richtung notiert.

Es wurde nun zusätzlich gebeten aufzuschreiben, was mehrmals am Tag gerade jetzt gedacht wird. So schrieben die Menschen dreimal mehr Zukunftsgedanken auf als über die Vergangenheit. Das können Pferde schlichtweg nicht. So können sie nur sehr kurzfristig eintretende Ereignisse vorhersehen (vgl. Jones, 2022, S. 288).

Das Pferd fokussiert sich nur auf die Gegenwart und deren äußere Umgebung. Es bearbeitet keine Absichten oder zukünftige Pläne. Augen, Ohren, Nase und Haut nehmen die Information auf, welche menschliche Sinnesorgane gar nicht erst registrieren. Dafür fehlen Pferden die inneren Gedanken. Pferde sind jedoch gut in der sensorischen Kommunikation, die sehr direkt abläuft. Somit ist eine Kommunikation zwischen Mensch und Pferd möglich außerhalb von Sprache, Zeichen oder Hilfsmittel. Man spricht von Propriozeption (vgl. Jones, 2022, S. 115).

## 4.6 MIT EINER SYNAPSE - GEHIRNE VERBINDEN SICH

Oft fällt uns die Kommunikation mit anderen Menschen schwer, umso großartiger ist das Wunder, dass zwei verschiedene Spezies miteinander kommunizieren können. Vor allem, da keine gemeinsame Sprache vorhanden ist.

Zwischen Pferd und Mensch existiert bei einem gut eingespielten Team ein neuronales Kommunikationsfeedback (vgl. Jones, 2022, S. 145–146).

Die Neurone eines Pferdes feuern als direktes Feedback auf menschliche Neurone und umgekehrt (vgl. Jones, 2022, S. 303).

Das heißt in dem Moment, wenn das menschliche Neuron feuert, um beispielsweise den Impuls zu geben, das eigene Bein zu bewegen, feuert zeitgleich das gleiche Neuron im Pferdegehirn, um sein Bein zu bewegen. Mensch und Pferd können also tatsächlich Tanzpartner werden. Die Beine des Pferdes werden die Beine des Menschen.

Der Herzschlag und der Atemrhythmus passen sich gegenseitig an. Eine totale Synchronisation.

All das sind einzigartige Eigenschaften, die auch in der Beratung zum Segen werden können.

## **5 EXEMPLARISCHE LOGOTHERAPEUTISCHE THEMEN, WO**

### **PFERDE HELFEN KÖNNEN**

In diesem Abschnitt befassen wir uns mit den logotherapeutischen Themen, in denen die Pferde exemplarisch unterstützend wirken können. Diese Aspekte können bei Weitem noch ausführlicher betrachtet werden, aufgrund des Rahmens dieser Arbeit wird von der Ausführung weiterer logotherapeutischer Einsätze abgesehen. Inkludiert ist auch eine kurze Erklärung der logotherapeutischen Fachbegriffe.

#### **5.1 TROTZMACHT**

Den Begriff „Trotzmacht des Geistes“ hat Frankl selbst erfunden, um damit den Marker für den Menschen als geistiges Wesen zu beschreiben. Wir bemerken diese Fähigkeit bereits im Kind. Wenn auch noch ungefiltert, ist es beim Kind noch der Eigensinn, so wandelt er sich im Erwachsenenalter zur Durchsetzungsfähigkeit. Es ist die bindungslose Freiheit, Stellung zum Schicksalhaften zu beziehen.

Sie beschreibt auch die Fähigkeit, sich gegen die eigenen Bedürfnisse beziehungsweise Instinkte zu stellen, nicht von außen heraus, sondern von innen. Sie ist fakultativ, das heißt, die Trotzmacht kann an- und abgeschaltet werden.

Sie beschreibt die Kraft, die dem Menschen existenziellen Aufschwung gibt, über sich selbst hinauszuwachsen (vgl. Biller & Stiegeler, 2020, S. 462).

„Die Trotzmacht des Geistes ermöglicht es dem Menschen, sich von keiner psychischen Zuständlichkeit, etwa einem augenblicklichen Erregungszustand provozieren zu lassen, sondern sich in seiner Menschlichkeit zu behaupten“ (Biller & Stiegeler, 2020, S. 463).

Pferde erwarten in ihrem Menschen eine starke Führungspersönlichkeit. Jeder Stress oder jede negative Emotion sollte idealerweise hinter der Stalltür bleiben.

„Man kann nicht nicht kommunizieren (Watzlawick et al., 1974, S. 53).“ Jede Emotion und jede Körperbewegung ist für das Pferd von Bedeutung. Sobald ein Mensch in der Nähe von einem Pferd ist, findet eine gegenseitige Wirkung und Beeinflussung statt. Eine feine Kommunikation. Diese Tiere reagieren sofort darauf. Wir Menschen nehmen Unstimmigkeiten in der Körpersprache und Sprache unserem Gegenüber meistens unbewusst wahr und oft geht dieses „Bauchgefühl“ auch in den Worten des anderen unter. Pferde aber merken es sofort und nähern sich freiwillig nur den Menschen, in denen sie eine „Pferdepersönlichkeit“ entdecken. Also klar, konsequent, beständig und fair. Nur dann kann sich ein Pferd sicher fühlen. Der Mensch darf hier also lernen, seine Emotionen, Sorgen und vielleicht auch instinktive Handlungen zu beherrschen, um ein guter Leiter zu sein. Wenn jemand beispielweise Angst hat und diese nicht zugibt, dann reagiert das Pferd auf die Angst und nicht auf das, was der Mensch ihm gerade durch Körpersprache sagen will (vgl. Truckenbrodt & Fiegler, 2004, S. 20,22). So obliegt es dem Menschen zu den Gefühlen zu stehen und trotzdem als Leiter zu fungieren.

*Anbei ein Praxisbeispiel:*

*Mit meinem jungen Pferd war ich auf einem Spaziergang und ich habe einen dummen Fehler gemacht, dass ich durch eine zwei Meter hohe und zwei Meter breite Unterführung hindurch wollte. Ich schaute noch schnell, ob ein Güterzug kommen würde und ging dann entschlossen*

*hinein. Voller Vertrauen folgte mir mein damals vierjähriges Pferd. Doch als wir in der Mitte ankamen, donnerte es plötzlich über unseren Köpfen. Das Pferd und ich gingen beide in die Knie. Für einen Augenblick sahen wir uns beide in die Augen. Schlagartig wurde mir bewusst, wenn der Wallach nun in Panik gerät, bin ich tot, er wird mich zwischen sich und die Wand drücken. Da kam die Trotzmacht in mir auf. Ja, ich hatte Angst. Ich stand zu ihr, aber ließ mich nicht beherrschen. Es war ein langer Güterzug. Ich stand auf und souverän, als ob sich nichts tun würde, packte ich das Halfter und zog sanft daran und gemeinsam gingen wir durch die Unterführung hindurch.*

Ich schaffte es in dieser und noch in vielen anderen Lebenssituationen, auch ohne Pferd in größtem Stress zu meinen Emotionen zu stehen, aber trotzdem sich zu entscheiden, dass es weiter geht. Sich von den Umständen nicht im Tun beeinflussen zu lassen. Mitgefühl zu haben, aber kein Mitleid. Diese Erfahrung stärkte das Vertrauen zwischen mir und meinem Pferd Urmel, denn er erkannte, dass ich auch Angst haben kann und die Gefahren sehe, aber trotzdem uns beide souverän aus der Situation herausbringen kann. So erzählt auch E. Lukas, wie ihre Eltern und Großeltern ihr die letzte Orange während des Kriegs gaben. Obwohl ihre Eltern und Großeltern sie bitter nötig gehabt hätten (vgl. Lukas, 2022, S. 17). Der Mensch ist und bleibt frei in der Entscheidung, was dieser mit seinen Instinkten und seinem persönlichen Schicksal macht. Diese Freiheit dazu ist bedingungslos.

## 5.2 PARADOXEN INTENTION

Bei der paradoxen Intention handelt es sich um eine unter bestimmten Voraussetzungen implantierbare kognitive Methode, die bei Ängsten oder Schlafstörungen Anwendung findet.

Hierbei wird versucht, den Symptomatikeufelskreis zu unterbrechen, indem sich der/die Klient:in dem Problem dadurch stellt, dass er sich die befürchteten Symptome sehnlichst herbeiwünscht. Dabei kann auch Humor angewandt werden.

Ziel ist hierbei die sogenannte Selbstdistanzierung. Den Befürchtungen soll der Wind aus den Segeln genommen werden. Damit sich der sogenannte Teufelskreis erst gar nicht zu einer Krankheit aufschaukeln kann. Wichtig ist hierfür jedoch die bestimmte Vorbereitung des Klienten auf dieses Verfahren, da „der Schuss“ sonst nach hinten losgehen kann.

Durch das Herbeiwünschen wird das Geistige angesprochen und der/die Klient:in kann sich von ihrer Angst distanzieren und kognitiv ihr Gehirn umpolen (vgl. Riedel et al., 2015, S. 152–155).

Mit der Paradoxen Intention bekommt der/die Klient:in wieder die Zügel in die Hand – der Mensch wird bestimmend und nicht die Zustände.

Im Umgang mit Pferden kann es oft hilfreich sein, sich das Schlimmste, was passieren könnte, genaustens auszumalen und sich dann herbeizuwünschen. Oft fühlt sich der Mensch dann gerüstet für diesen Zwischenfall und muss dann auch schmunzeln, wenn der Worstcase doch nicht eintritt und das Pferd brav war.

Zusammenfassend kann gesagt werden: Die Angst beginnt sich aufgrund des realen Erlebens aufzuheben. Das Vertrauen kann in dem Tatsächlichen wachsen und nicht mehr im Befürchteten.

### **5.3 DEREFLIXION**

Die Dereflektion ist eine logotherapeutische Strategie, die Aufmerksamkeit des Klienten auf die Werte- und Sinnmöglichkeiten in seiner jeweiligen Situation zu lenken und nicht auf das Problem fixiert zu bleiben. Dieses Ziel kann durch therapeutische Gespräche, als auch durch andere Therapiearten (gestaltende Therapien, Musiktherapie, etc.) erreicht werden (vgl. Riedel et al., 2015, S. 166).

Das Pferd kann dem Klienten helfen, sich nicht auf Probleme zu fixieren, sondern sich nach neuen Perspektiven umzuschauen oder sogar zu schaffen. Der Mensch kann so seinen Freiraum sehen und den Glaubensgrundsatz entwickeln, dass er oder sie nicht das Problem ist, sondern mit dem Problem lebt.

Diese neue Sicht ermöglicht einen neuen Handlungsfreiraum und weckt neue Handlungsfähigkeiten.

Folgende Übung kann dafür hilfreich sein:

Der/die Klient:in soll das Pferd über ein Hindernis führen. Das kann eine Plane sein, eine Stange oder ein anderes Objekt, das es zu überschreiten gilt.

Wenn das Pferd zögert, da es beispielsweise die Plane als Untergrund suspekt findet, muss nun der/die Klient:in Lösungsansätze entwickeln und Perspektiven wechseln, wie er oder sie dem Pferd helfen kann, dieses Hindernis zu überwinden.

Dabei ist es wichtig, dass der Mensch nicht verbissen nach Auswegen sucht und auch nicht erstarret, sondern Möglichkeiten sieht und Kreativität entfaltet.

## 5.4 EINSTELLUNGSMODULATION

Es wurden Studien betrieben, dass Pferde bei der Formung von neuen Glaubensgrundsätzen beziehungsweise der Einstellungsmodulation deutliche Unterstützung bieten können. Zunächst aber wird die logotherapeutische Einstellungsmodulation betrachtet.

Ähnlich wie bei der Dereflexion ist die Einstellungsmodulation ein strategisches Werkzeug der Logotherapie. Die Einstellungsmodulation hat das Ziel pathogene Einstellungen zu verändern. Dies ist dann besonders wichtig, wenn problematische Tatsachen auf eine falsche Einstellung bzw. einen falschen Glaubensgrundsatz zurückzuführen sind oder wenn problematische Lebensumstände nicht änderbar sind. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass dieses strategische Werkzeug dann zum Einsatz kommt, wenn den realitätsverändernden Möglichkeiten enge Grenzen gesetzt sind (vgl. Riedel et al., 2015, S. 172).

Laut Schütz gibt es folgende Studie zu diesem Thema:

So wurden nach einigen Übungen mit dem Pferd zur positiven selbst Instruktion 216 Sätze der Klienten vor und nach der Arbeit mit dem Pferd verglichen.

Dabei ergaben sich in folgenden sieben Kategorien signifikante Verbesserungen:

- Führungsverhalten

- Selbstwert
- Selbstvertrauen
- Aufgabenbewältigung
- Entscheidungsfindung
- Grenzen setzen und Durchsetzen
- Kommunikationsverhalten

(vgl. Schütz, 2022, S. 55).

Pferde verändern Mindsets (Deutsch: Einstellungen), weil durch die Erfahrungen mit dem Pferd der Mensch sich anders wahrnehmen und sehen kann.

## 5.5 AUTOBIOGRAPHIEARBEIT

"Welches Schicksal auch immer ihm widerfuhr: Die Freiheit, sich so oder so zum Schicksal einzustellen, ist unverlierbar; und es gab ein «so oder so», selbst im KZ (Frankl, 2012, S. 76)."

Das Leben jedes Menschen ist von kleinen und großen Herausforderungen des Alltags geprägt, die fördern und auch reifen lassen. Gerade deshalb ist es wichtig, das Leben von jedem Einzelnen als etwas Besonderes zu sehen und entsprechende Sinnmöglichkeiten zu entdecken (vgl. Oppermann & Lukas, 2010, S. 77).

Die Autobiographiearbeit ist eine logotherapeutische Methode, die sich bereits mehrfach als heilsam erwiesen hat.

Es bedeutet zwar einen mehrmonatigen Aufwand, viel Mut, Durchhaltvermögen und Begleitung, um diese „Selbsterfahrung“ zu durchleben, aber es lohnt sich (vgl. Oppermann & Lukas, 2010, S. 85).

Bevor die Vorgehensweise der Autobiographiearbeit beleuchtet wird, sei noch zu erwähnen, wie die Logotherapie die Selbsterfahrung sieht:

„Selbst = Der Gegenstand der Erfahrung, das zu Erfahrende, kann nicht das wahre Selbst des Menschen sein!

Erfahrung = Die Instanz, die etwas erfährt, der Erfahrende selber, macht das Selbst des Menschen aus – der Erfahrende kann nicht erfahren werden, er kann sich nicht erfahren, höchstens etwas über sich! (Lukas, 2003, S. 165).“

Deshalb ist es keine Selbsterfahrung in dem Sinne, sondern eine „Zentrale Erfahrung der eigenen Persönlichkeit (vgl. Oppermann & Lukas, 2010, S. 86).“

Die Autobiographiearbeit erfolgt in neun Abschnitten, die der/die Klient:in selbst aufschreibt:

1. Rückblick – Dabei werden die Eltern, die Vorschulzeit, die Schulzeit und Erwachsenenzeit des Klienten bis heute betrachtet.
2. Ausblick – Es folgt der Ausblick. Die gegenwärtige Zeit, die nähere Zukunft, die ferne Zukunft, das Sterben und welche Spuren in dieser Welt hinterlassen werden.

Diese Punkte befinden sich auf der rechten Seite. Auf der linken Seite wird der jeweilige Erfahrungsbericht aufgeschrieben. Hierbei handelt es sich um eine sachliche Nacherzählung der Vergangenheit, alle Bewertungen sollen weggelassen werden. Es geht darum, das Geschenkte beziehungsweise Empfangene, als auch den Blick auf das Gegebene zu bekommen. Wo war Schmerz, wo war Freude, wo waren Belastungen und wo wurden dem Menschen eine Last abgenommen.

Das Kapitel „heute“, soll die Gegenwart mit all ihren Facetten in die Realität bringen. Dabei wird schonungslos das Bejahungswürdige aufgeschrieben. Letztendlich kann so ein „Ja“ zu dem auf der rechten Seite gesagt werden.

Der Blick in die Zukunft zeigt uns schließlich die noch ungelebten Möglichkeiten, die unser Leben zu bieten hat. Es bestehen noch Chancen der Fantasie freien Lauf zu geben und Pläne einzubauen. Ob diese sinnerfüllend sein werden, hängt nicht nur von den Entscheidungen des Menschen ab. Hier hat der/die Klient:in die Möglichkeit eine Zustimmung zum Schicksalhaften zu finden oder in Empörung abzulehnen.

3. „Das Sterben“ - mit dem Wissen der Endlichkeit finden wir schöpferischen Sinn im Sein.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die rechte Seite dazu dient, das Erlebte und Gedachte nach Sinnelementen abzusuchen. Es wird im Morast nach den Perlen gesucht. Dabei werden die Fragen gestellt: Was fühle ich dazu? Was denke ich dazu? Wie setze ich mich damit auseinander? Welche Stellung beziehe ich dazu? Diese Fragen können eine Einleitung zu Antworten auf das Leben sein. Die Person beziehungsweise der/die Klient:in soll allein vor das eigene Gewissen treten und reflektieren.

Durch die Formulierung kann der/die Klient:in sehen, wie er/sie mit schwierigen Themen klarkommt, was seine/ihre Gedanken dazu sind und entsprechende Vorgehensweisen, als auch seine/ ihre Auseinandersetzungstaktik (vgl. Oppermann & Lukas, 2010, S. 85–91).

Hier kann das Pferd durch die entstandene Triade unterstützend wirken und manche Prozesse erleichtern.

Der Mensch kann in der Autobiographiearbeit viel über sich erfahren – seine Selbstwirksamkeit beispielweise. Das Unzerstörbare Selbst kann nicht verändert werden,

aber der Mensch kann beschließen, wie er/sie das Leben gestalten möchte. Je mehr der/die Klient:in von sich selbst erfährt, desto mehr verändert sich der Wille zur Gestaltung.

Denn im Laufe der Biographie, hat der Mensch an Erfahrungsschätzen zugenommen und kann so nun auch rückwirkend in seiner erkannten Selbstwirksamkeit die Situationen anders werten und Stellung dazu beziehen.

Es kann nun erkannt werden, wo Vergebung notwendig ist oder Akzeptanz, Themen, die sich wie ein roter Faden durchs Leben ziehen oder wo Einstellungen / Glaubensgrundsätze „korrigiert“ werden sollen.

Es ist also keine Selbsterfahrung in dem Sinne, sondern ein über sich selbst lernen, wie der Mensch mit sich selbst umgeht.

## 6 DER NUTZEN FÜR DIE BERATUNG

"Dein Pferd ist ein Spiegel deiner Seele. Manchmal wird dir nicht gefallen, was du siehst, manchmal aber doch." (Buck Brannaman) (*Zitate von Horseman, o. J.*)

Pferde kommunizieren überwiegend körpersprachlich. Dabei ist ihre Kommunikation klar und eindeutig. Das sogenannte „*Double – Binds*, ein in der menschlichen Kommunikation vorkommendes Auseinanderdriften von körperlich-mimischen Ausdruck und gesprochenem Wort, *sind in der analoger (nonverbalen) Kommunikation ausgeschlossen*. Was dem / der Klient:in dazu verhelfen kann, wieder Vertrauen in der zwischenmenschlichen Kommunikation zu gewinnen. Auf der gegenüberliegenden Seite benötigt das Pferd vom Menschen Klarheit, um sich dem Menschen anschließen zu können und ihm zu folgen. Dabei hilft der Coach oder der/die Therapeut:in bei der Kommunikation und übersetzt gegebenenfalls das Geschehen in Worte oder initiiert den Kontakt mit dem Co -Therapeuten Pferd.

Diese nonverbale Kommunikation erlaubt es auch Personen, die ihr Befinden nicht in Worte fassen können, schrittweise Worte für ihr Befinden zu finden (vgl. Heintz, 2021, S. 108).

Das Pferd verhilft zu einer neuen Triade: Patient-Pferd-Coach. Im psychologischen Kontext beschreibt die Triangulierung, dass die Beziehung zwischen zwei Parteien über eine dritte Partei gestärkt wird. Durch das Pferd wird ein gutes Verhältnis zwischen dem/der Berater:in und dem/der Klient:in erleichtert beziehungsweise ermöglicht (vgl. Heintz, 2021, S. 112).

Das Pferd spiegelt deutlich die Stimmungen des vor ihm stehenden Menschen und da das Pferd den Menschen um einiges besser lesen kann, als der Mensch das Pferd, bekommen die Klienten ein sofortiges Biofeedback zu Ihrem inneren Zustand (vgl. Gomolla, 2016, S. 13).

Oft erlebten die Berater, die Pferde als Intervention einsetzen, dass das Pferd als Spiegel der „Seele“ des Klienten fungiert. Hatte sich der/die Klient:in entspannt, wenn ein Problem oder innere Anspannung gelöst wurde, so zeigte auch das Pferd deutliche Entspannungszeichen, die wie folgt sind: Hängender Kopf, hängende Unterlippe, lockerhängender Schweif und ein entspanntes Ausatmen (vgl. Schütz, 2020, S. 74).

Bei Nachfrage bei dem/der Klient:in, wurde die vermeintliche Spiegelung der Entspannung im Menschen bestätigt.

War der/die Klient:in allerdings angespannt, zeigten die Pferde deutliche Anspannungszeichen wie: Erhobener Kopf, zusammengekniffene Lippen, aufgerichtete Ohren und ein hoher Muskeltonus. Es wird angenommen, dass Pferde innere Prozesse erspüren und sie nach außen hin sichtbar machen können (ibd.). Eine weitere Wirkung auf den Menschen zeigt die folgende Feststellung von Gomolla:

Durch die große Berührungsfläche erinnert sich das Gehirn des Menschen unbewusst an die Bezugsperson aus der Kindheit. Dieses Bindungssystem könnte der Grund dafür sein, warum sich Klienten mit Pferdeintervention häufig leichter und schneller emotional öffnen können als ohne das Tier. Leider liegen zu diesem Thema noch nicht ausreichend wissenschaftlich fundierte Studien vor (vgl. Gomolla, 2016, S. 14).

Es gibt jedoch zahlreiche Studien zu den positiven Effekten auf die menschliche Psyche, wenn sich der Mensch mit Tieren im psychotherapeutischen Kontext beschäftigt (vgl. Schütz, 2020, S. 70), wenn auch diese sich nicht auf das Pferd spezifizieren.

Eines steht jedoch fest; Personen fühlen sich vom Pferd emotional angesprochen und übernehmen die Verantwortung für das Wohlergehen des Pferdes. Das wird unbewusst dem Pferd kommuniziert (vgl. Schütz, 2020, S. 88). Somit kann das Verantwortungsgefühl geweckt werden und damit das Selbstwertbewusstsein angeregt.

„An dieser Stelle soll deutlich herausgestellt werden, dass ein hoher ethischer Anspruch bei Fachkräften bestehen muss, die Pferde in der Therapie einzusetzen, welcher die Wertschätzung gegenüber dem Pferd verdeutlicht. Ein Tier wird nicht gefragt, ob es uns in unserer Arbeit unterstützen möchte, es hat keinen freien Willen und in unseren Haltungsformen nicht die Möglichkeit sich zu entziehen – der Mensch hat es in eine Abhängigkeit gebracht durch die Domestizierung. Daher ist ein hoher Respekt und Dankbarkeit gegenüber dem Lebewesen Grundlage pferdegestützter Therapie und Pädagogik“ (Gomolla, 2016, S. 16).

Hier sei kurz erwähnt, dass es in der Verantwortung des Beraters oder der Beraterin liegt, für eine gute Psychohygiene beim „Kollegen Pferd“ zu achten, das schließt auch eine artgerechte Haltung mit ein. Im unteren Abschnitt dazu mehr.

In den folgenden Absätzen werden in Kurzform die Wirkung des Pferdes auf den Menschen und die Vorgehensweise des Coachings aufgezeigt.

## 6.1 VON DYADE ZUR TRIADE

Die zuvor entstandene Dyade zwischen Klienten und Berater:in wird mit dem zu einer sogenannten Triade. Der/die Berater:in wird zeitweise zum Beobachter. Er oder Sie beobachten die Reaktionen von Pferd und Klient, um anschließend, zusammen mit dem Klienten ein alltagstaugliches Feedback zu erarbeiten. Diese können vom Berater:in und Klient intuitiver als auch faktischer Natur sein. Aus den Hypothesen des Beraters und des Klienten können so konkret besprochen werden. Das erleichtert dann die gezielte Wahl zu weiteren Fragen und / oder Interventionen. Diese Gespräche zwischen dem/der Berater:in und Klient:in sollen den Prozess unterstützen und die Bedeutung des Themas verdeutlichen.

Somit wird das Tier zum „Diagnosemedium im Beziehungsdreieck“ (vgl. Buchner-Fuhs & Rose, 2012, S. 365).

Der/ die Klient:in darf auch über diese Triade hinweg erkennen, dass sich das emotionale Öffnen eines Menschen gegenüber, also der Aufbau einer Vertrauensbasis möglich ist und sich positiv auswirkt (vgl. Schütz, 2022, S. 45).

## 6.2 BIOFEEDBACK

Wie bereits oft in dieser Arbeit ist das Biofeedback beziehungsweise das Spiegeln des Menschen hier nochmal besonders hervorzuheben.

In diesem Zusammenhang sei erwähnt, dass Pferde nicht ohne Grund emotional während der Beratung reagieren. Darüber ergeben sich Hinweise für den/der Berater:in über den emotionalen Zustand des Klienten. Wiederum fördert die bereits erwähnte Triade die emotionale Öffnung des Klienten (vgl. Schütz, 2022, S. 42) und dadurch die logotherapeutischen Dereflexion beziehungsweise Distanzierung zum Problem.

Durch dieses Biofeedback wird auch die Selbstreflexion gefördert.

Für den/der Berater:in ist es so einfacher Rückschlüsse zu ziehen und den/der Klienten:in effizienter zum Ziel zu verhelfen (vgl. Schütz, 2022, S. 45). Dabei deckt, das Pferd auch die tiefen, inneren Bilder auf (vgl. Schütz, 2022, S. 51).

Macht Prozesse also für den oder die Klient:in und Berater:in zugänglicher.

### **6.3 BEZIEHUNGSKOMPETENZEN**

Da die Körpersprache bei Pferden niemals zum Widerspruch zu ihrem Verhalten steht, kann der Klient leichter lernen die Absichten und Vorstellungen des Gegenübers einzuschätzen. Das Wahrnehmen von verzehrten inneren Beziehungseinstellungen können durch die Authentizität des Pferdes und der direkten Spiegelung verdeutlicht werden. Auch die ständige gegenseitige Interpretation der nonverbalen Kommunikation in der Mensch – Tier- Beziehung schult auch die Interpretation der zwischenmenschliche Beziehungen können in den Alltag übertragen werden (vgl. Friesenhahn, 2017, S. 39).

Während der Übung mit dem Pferd übernimmt der Mensch automatisch die Verantwortung in dieser emotionalen Bindung zwischen Pferd und Mensch. Durch die Interaktion mit dem Pferd kann der Klient seine aufkommenden Verhaltens- und Gefühls- und Denkmuster erkennen und gemeinsam mit dem/der Berater:in angehen (vgl. Schütz, 2022, S. 45).

## 6.4 ACHTSAMKEIT –

### UMGEBUNG UND SICH SELBST WAHRNEHMEN

Achtsamkeit ohne Selbsttranszendenz ist eine Bündelung der Aufmerksamkeit. Diese Aufmerksamkeit sagt jedoch noch gar nichts über die Qualität und innere Haltung, mit der wir die Welt aufmerksam begegnen. Unsere Aufmerksamkeit kann auch negativ sein.

Vielmehr könnte man sagen, dass ein Wohlwollen oder positive Einstellung, das beschreibt, was wir heutzutage mit Achtsamkeitstraining erreichen möchten. Denn wenn wir etwas mit Wohlwollen ansehen, es ist automatisch mit einem positiven wollen verbunden. Als Beispiel kann die Selbstdistanzierung genommen werden: im Gegensatz zu der Achtsamkeitsmeditation ist Selbstdistanzierung kein Selbstzweck, sondern eine Fähigkeit. Laut Batthyány kann keine Fähigkeit dem Selbstzweck dienen.

Dabei ist die Selbstdistanzierung nicht allein wegen dem Verzicht sinnvoll, sondern es ist ein Verzichten wegen einer wichtigen Sache oder einer geliebten Person willen.

Dann geht ein Verzicht in die gesunde Richtung, weil es sinnvoller ist, als sich der eigenen Lebensgestaltung hinzugeben (vgl. Batthyány et al., 2020, S. 57).

Die ständige nonverbale Abstimmung zwischen dem Klienten und Pferd fordert die Achtsamkeit und Konzentration auf diese Signale, um eine sinnvolle Beziehung zu dem Tier zu entwickeln. Die nonverbale Kommunikation wird durch Gestik und Mimik auch im zwischenmenschlichen Alltag unbewusst eingesetzt und wahrgenommen (vgl. Friesenhahn, 2017, S. 39)

Zudem tragen zu einer besseren Achtsamkeit auch die vermehrte emotionale Selbststeuerung und Empathie bei. In der Begegnung mit dem Pferd wird die Befindlichkeit des Klienten maßgeblich beeinflusst, was auch zur Auseinandersetzung dieser führt und so die Auseinandersetzung mit der eigenen emotionalen Welt fördert. In diesem geschützten Setting können Gefühle verstärkt oder auch beruhigt werden. Dabei kann das Berühren des Pferdes das Bedürfnis nach körperlichem Kontakt stillen (vgl. Friesenhahn, 2017, S. 40).

## **6.5 STRESSENKUNG**

Es liegen Studien vor, die aufzeigen, dass die reine Anwesenheit und das Beobachten eines Tieres nachweislich den Blutdruck und Muskeltonus beim Menschen senken. Diese biochemischen Veränderungen können sich auch positiv auf das Schmerzempfinden auswirken. Können euphorisierend, beruhigend und stressabbauend wirken. Ebenso können sich Symptome einer Depression durch das Streicheln des Tieres stark verringern (vgl. Friesenhahn, 2017, S. 39).

## 6.6 SELBSTWERTBEWUSSTSEIN

„In der Logotherapie markiert das Selbst den Spielraum, in dem das Ich – über Auswertung von Lebenserfahrungen- aktiv werden kann“ (vgl. Biller & Stiegeler, 2020, S. 367).

Laut Frankl ist das Selbstwertgefühl leicht durch das Fernhalten von sämtliche Lebensschwierigkeiten, wie es beispielweise manche Eltern bei ihren Kindern praktizieren, störbar, da es zu einem Verlust der Selbstwahrnehmung und Selbstwirksamkeit führt. Denn Selbstwertbewusstsein kann nur dann entstehen, wenn der Mensch zurück auf seine Lebenserfahrungen blicken kann und sich selbst „auf die Schulter klopfen“ darf, was er schon in seinem Leben alles geschafft, überwunden und erfahren durfte. Durch das „Etwas gewagt haben“, entsteht das Wissen über die persönlichen Grenzen. Selbstbewusstsein und Selbstwertbewusstsein gehen einher (vgl. Biller & Stiegeler, 2020, S. 367) .

Auch hier in diesem Bereich können Pferde ein sofortiges Biofeedback geben und den Prozess verdeutlichen.

Da Pferde keinen frontalen Cortex haben, liegt es nahe, dass sie gefühlsgesteuerte Tiere sind. Sie können ihr Verhalten nicht von ihren Gefühlen trennen. Was bei ihnen zählt, ist nicht sozialer oder finanzieller Status. Sondern viel mehr die Authentizität und Führungskompetenz des vor ihnen stehenden Menschen (vgl. Schütz, 2020, S. 76,77). Sie möchten eine schöne Zeit mit dem Menschen verbringen. Ein gutes Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit haben und dafür geben sie gerne ihre Führungsposition ab. Somit

erhält der Mensch ein direktes und schnelles Biofeedback und kann sich so anhand seiner Ressourcen und Fähigkeiten in seiner eigenen Persönlichkeit entfalten (vgl. Schütz, 2020, S. 77).

Hier können die Personen in einem sicheren Rahmen, innerhalb kürzester Zeit Lebenserfahrungen sammeln und ausprobieren. Die Lebens - Schatzkiste weiter befüllen.

Folgende Übung könnte hierbei von Nutzen sein:

Der/die Klient:in darf das Pferd ohne Führstrick durch Visualisierung, Körpersprache und klaren Intentionen zu einem bestimmten Punkt über den Parcours führen. Ziel ist es hierbei das Vertrauen in sich selbst zu stärken und zu entdecken, dass das, was vorher unmöglich schien, sehr wohl aus den eigenen Ressourcen schaffbar ist (vgl. Schütz, 2020, S. 107).

## 6.7 KOMMUNIKATION UND FÜHRUNG – LEITUNG GEBEN

„Würden alle Menschen so miteinander umgehen wie wahre Horseman mit Pferden – dann wäre die Welt ein besserer Ort (Jones, 2022, S. 307).“

Pferde fördern die Achtsamkeit im Zusammenhang mit der nonverbalen Kommunikation, da zwangsweise zur nonverbalen Kommunikation zurückgegriffen werden muss. Es müssen nichtsprachliche Verhaltensweisen erlernt werden, um mit dem Pferd die vom Berater:in gestellten Aufgaben erfolgreich zu absolvieren. Diese ständige Abstimmung zwischen dem/ der Klient:in und Pferd fordert auch die Achtsamkeit und Konzentration auf diese Signale. Die nonverbale Kommunikation wird durch Gestik und Mimik auch im zwischenmenschlichen Alltag unbewusst eingesetzt und auch wahrgenommen (vgl. Friesenhahn, 2017, S. 39). Der Klient hat hier die Möglichkeit sich dieser bewusst zu werden.

## 6.8 ÄNGSTE - ÜBERWINDUNG VON GRENZEN

Wir als Menschen sind nicht frei von Bedingungen. Seien sie biologischen, psychologischen oder soziologischen Ursprungs. Die wahre Freiheit „ist überhaupt nicht eine Freiheit von etwas, sondern eine Freiheit *zu etwas*, nämlich die Freiheit zu einer *Stellungnahme* gegenüber all den Bedingungen. Und so wird sich denn auch ein Mensch erst dann als ein wirklicher Mensch erweisen, wenn er sich in die Dimension der Freiheit aufschwingt“ (Frankl, 2015, S. 18).

Auch diese Lehre können wir von den Pferden annehmen. Als Fluchttiere haben sie vor allem Angst, da alles eine potenziell tödliche Gefahr darstellen könnte. Wie die Bezeichnung Fluchttier schon sagt, ergreifen diese Tiere die Flucht, sollte ihnen etwas suspekt vorkommen. In Zusammenarbeit mit dem Menschen lernen sie mit diesem Instinkt zurecht zu kommen und als erstes zu denken, bevor sie dem Instinkt folgen (vgl. Hediger & Zink, 2017, S. 9).

Folgende Übung könnte hier die logotherapeutische Philosophie zur Angst erlebbar machen (Beispiel aus der Praxis):

Wenn der Mensch in seinem inneren mit Ängsten zu tun hat, wird auch das Pferd das aus obengenannten Gründen automatisch spiegeln.

Vermutlich wird das Pferd seinen Fluchtinstinkt spüren und sich den Grund suchen, dass in ihm dieses unangenehme Gefühl auslöst. Dabei kann es sich um einen Schatten, ein Geräusch, Gegenstand oder ein anderes Lebewesen handeln. Das Pferd wird erfahrungsmäßig Zeichen der Anspannung zeigen (siehe weiter oben). Nun obliegt es dem/der Berater:in abzuschätzen, ob das Pferd zu sehr angespannt ist, dass es eine Gefahr für den/der Klienten:in darstellt oder dem Prozess freien Lauf lassen kann.

Sollte das Pferd noch keine Panik zeigen, sondern nur eine Furcht, kann der/die Klient:in nun ihre wahre Freiheit – die Stellungnahme zur Angst erleben.

Das Pferd sucht sich einen Menschen, der ihn durch diese Situation hindurchführt. In dem Fall ist es zwangsläufig der Mensch, der sich gerade mit ihm beschäftigt. Der/die Klient:in bemerkt mit Hilfe des Pferdecoaches die Signale des Pferdes und kann das Pferd nun durch die Situation hindurchführen. Oft intuitiv, manchmal mit Hilfe des Beraters. Mit einem Lächeln führt er oder sie das Tier zu dem furchterregenden Gegenstand und zeigt

ihm, durch seine eigene innere Stellungnahme die Situation. Dieser Gegenstand sieht zwar furchterregend aus, ist jedoch beim besten Willen keine Gefahr. Das Pferd wird die Stellungnahme deutlich merken und spiegeln. Zeichen der Entspannung setzen ein. Das Pferd atmet aus, kaut ab und folgt nun entspannt seinem Leiter oder seiner Leiterin.

Der/die Kleint:in durfte nun erleben, dass irrationale Ängste oft größer erscheinen als sie in Wirklichkeit sind und zusätzlich erfährt er oder sie mit der Hilfe des Beraters die Macht der Stellungnahme und die wahre Freiheit, die sich dahinter verbirgt.

Hier kann der/die Klient:in erleben, dass wir als Menschen keineswegs frei von Ängsten oder Umständen sind, aber mit dem tiefen Vertrauen in das vom Leben Getragen sein wir frei dazu sind Stellung zu beziehen und die Einstellung den Umständen gegenüber zu verändern (vgl. Schütz, 2020, S. 103–108).

## **6.9 NÄHE UND DISTANZ – NEIN SAGEN OHNE SCHULDGEFÜHLE**

Nähe und Distanz, NEIN sagen ohne Schuldgefühle und Grenzen setzen. Ein Thema das uns durchweg im Alltag begleitet. Wie die Pferde dort auch in diesem Bereich helfen können, werden wir uns nachfolgend ansehen.

Durch das Pflegen des Pferdes vom Boden aus, kann der/die Klientin Nähe suchen, zulassen oder auch ablehnen. Nebenbei wird die Bindung zu dem Tier gestärkt und es wird die Beobachtungsfähigkeit des Menschen geschult. Es ist unerlässlich, dass der Mensch dabei die Emotionen und das Verhalten des Pferdes im Blick hat (vgl. Schütz, 2020, S. 71).

In der weiteren freien Arbeit (das Pferd trägt dabei keinerlei Halfter, Strick oder andere Ausrüstung an sich und läuft im Freien auf dem Arbeitsplatz) entscheiden Pferd und Mensch ob, wann und wie sie aufeinander zugehen. Somit wird der Equide freiwillig die Interaktion mit dem Menschen suchen (vgl. Gomolla, 2019, S. 19,20).

Nun kann der Mensch entscheiden, ob er es dem Pferd erlaubt in seine Nähe zu kommen und wie weit diese Nähe gehen soll. Durch Körpersprache kann der Klient das Pferd wegschicken oder zu sich holen. Dabei wird es Pferd erfahrungsmäßig auf Wunsch des Klienten ohne negative Emotionen oder Nachtragung eingehen.

Dabei darf der Mensch, der gerade mit dem Pferd arbeitet, die Erfahrung machen, dass das Wort „nein“ seine Wirkung hat und auch akzeptiert wird, wenn er in seinem Denken entschlossen ist dieses „nein“ durchzusetzen.

Das setzt eine entschlossene Kommunikation voraus. *„Nur durch klare Kommunikation entsteht Harmonie.“ Martin Wimmer – Horsemanship Trainer*

Der Equide wird neugierig werden, warum der Mensch diese Grenze erfolgreich verteidigt und wird wieder durch körpersprachliches Fragen auf ihn zu gehen, da der Mensch nun noch interessanter geworden ist. Jetzt können die Klienten selbst entscheiden, was sie tun.

Das daraufhin wieder auf sich zukommen lassen, zeigt erfahrungsmäßig dem Klienten das ein „Nein“ keine Distanz bringt, sondern eher den Menschen oder sich selbst noch spannender macht. Das Gegenüber wird freundlicher fragen, ob es kommen darf und endlich herausfinden kann, wer dieser Mensch ist. So stehen sich beide Lebewesen respektvoll gegenüber und beginnen miteinander harmonisch zu kommunizieren.

Nähe und Distanz gehen mit Harmonie einher. Nein sagen ohne Schuldgefühle ist möglich und auch förderlich für ein respektvolles Miteinander.

## 6.10 TATSÄCHLICH VORSÄTZLICH? UMGANG MIT SCHULD

"Pferde lügen nie und haben auch niemals ein materielles Denken. Sie leben in der Gegenwart, haben aus der Vergangenheit gelernt und interessieren sich nie für die Zukunft." (Jean-Claude Dysil) (*Zitate von Horseman*, o. J.)

In einem weiteren Bereich kann das Pferd eine Unterstützung sein im Zusammenhang mit der Logotherapie. Zunächst einmal werden wir uns aber die Begrifflichkeiten Schuld und Schuldgefühle ansehen.

Juristisch gesehen lädt die Person Schuld auf sich, die vorsätzlich ein Fehlverhalten zeigt. Wird man bei einer Straftat erwischt muss, muss der Täter:in mit einer strafrechtlichen Verfolgung rechnen.

Laut Frankl liegt bei jedem einzelnen Menschen die Entscheidung, ob er eine „persönliche Schuld“ auf sich laden möchte oder einen „persönlichen Verdienst“. Beides wird zu einem festen Bestandteil seines Lebens. Weiter sagt er auch dass Schuld eine „Gewissensverfehlung“ oder ein „Sinn Versäumnis“ ist.

Dieses logotherapeutische Konzept der Schuld, gibt uns die Freiheit und die Möglichkeit zur Überwindung der Schuld. Ansonsten sind ist der Mensch ein bloßes Opfer der Umstände (vgl. Woeger, 2021, S. 85).

Oft stellen sich Menschen die Frage wer oder was schuld an irgendwelchen Problemen oder Unglücken sind. Dabei wäre die Frage viel wichtiger, was sie denn in dieser Situation

hätten besser machen können. In der Logotherapie hat jeder Mensch den freien Willen. Die Freiheit Entscheidungen zu treffen und diese in Verantwortung zu tragen. Zudem unterscheidet die Logotherapie von bewussten und unbewussten schuldig werden. Wenn der Mensch sein Verhalten nicht wählen konnte, nicht kontrollieren, dann kann er auf die Folgen die Konsequenzen nicht vermeiden. Wie zum Beispiel ein Autofahrer, der während der Fahrt ohnmächtig wird (vgl. Lukas & Schönfeld, 2020, S. 115–116). Elisabeth Lukas sagt: „(Echte) Schuld ist die (freie) Wahl wider den erkannten Sinn (Lukas & Schönfeld, 2020, S. 116).“

Zusammenfassend lässt sich sagen: Schuld und Schuldgefühle sind zwei verschiedene paar Schuhe. Eine tatsächliche Schuld liegt laut der Logotherapie dann vor, wenn ganz bewusst gegen das Gewissen beziehungsweise des Sinns gehandelt wird. Ein Schuldgefühl kann das Produkt eines verantwortungsbewussten Gewissens sein, jedoch auch das Produkt einer übersensiblen Psyche. Dies gilt herauszufinden und zu unterscheiden. Nochmals betont Elisabeth Lukas, das wahre Schuld nur dann vorliegt, wenn bewusst das falsche getan wird, obwohl man es besser weiß (vgl. Lukas & Schönfeld, 2020, S. 117).

Pferde haben sehr wohl die Fähigkeit der Impulskontrolle und bedienen sich sogar den gleichen Gehirnarealen wie wir. Jedoch haben sie keine Präfrontaler Cortex, der ihnen die Risiken nahebringt und bremst. So wissen wir als Menschen, dass wir mit manchem Verhalten ärger bekommen können. Das Pferd weiß es im Vorfeld nicht. So wäre es verkehrt Schuld zuzuweisen, da die „Pannen“ nicht vorsätzlich geplant passieren (vgl. Jones, 2022, S. 292).

Wann beginnt also beim Menschen die Schuld und wo hört sie auf?

„So viel wie Viktor E. Frankl ein Leben lang zu verzeihen hatte, so viel konnte er in seinem ganzen Leben nicht schuldig werden – es bleibt für immer ein Überhang des Schuldig-geworden-Seins seiner Zeit an ihm (Lukas, 2003, S. 160).“

Das Verständnis von Schuld, bringt dem Klienten auch die Freiheit der Vergebung. Um jedoch den Rahmen dieser Arbeit nicht zu sprengen, wird dieses Thema der Vergebung nicht weiter beleuchtet.

## **6.11 ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN**

Pferde können auch die Entscheidungsfindung deutlich vereinfachen, wie das Praxisbeispiel weiter unten zeigt. Des Weiteren konnten wir auch bisher aus der Arbeit entnehmen, wie die Logotherapie die Entscheidung sieht, die Verantwortlichkeit für ihre Konsequenzen und das Finden des sinnhaften Tuns in dieser Situation. Einschlägige Literatur beschäftigt sich damit sehr ausführlich in dieser Arbeit werden wir dieses Thema jedoch nicht weiter beleuchten.

*„Menschliches Sein ist entscheidendes Sein“ Jasper (Sinn des Lebens in der Philosophie – Philosophische Antworten, o. J.)*

## **6.12 SELBST- UND FREMDWAHRNEHMUNG – WEGE FINDEN WO KEINE SIND**

Durch das Führen des Pferdes mit oder ohne Führstrick, kann die wertschätzende und dennoch klare Kommunikation zwischen dem Equiden und dem Menschen analysiert und erprobt werden. Zwang ist beim Pferd kaum möglich, da es mit Angst reagieren würde und bei Druck aus Reflex heraus mit Gegendruck antwortet.

So ist es der führenden Person nun möglich die nonverbale Kommunikation zu erfahren und zu erlernen.

Dafür wird ein Parcours für das Trainingspaar erstellt. Dieser kann über eine Plane, Stangen, Fässer oder andere Hindernisse durch oder drüber hinweg gehen. Die Aufgabe des Klienten, der Klientin ist es nun das Pferd ohne Zwang, beziehungsweise ohne ziehen am Strick dazu zu bewegen, ihm oder ihr im Vertrauen zu folgen. Je nach Situation empfiehlt es sich einen freiheitlichen Ansatz zu wählen und den Führstrick komplett weg zu lassen. Selbstverständlich ist diese Übung ohne Führstrick nur in einem umzäunten Bereich zu empfehlen.

Mit dieser Hilfe des Pferdes, können Selbst- und Fremdwahrnehmung analysiert werden und die Fähigkeit scheinbar unlösbare Hindernisse und Probleme, so kleinschrittig anzugehen, dass sie so überwindbar werden und vielleicht sogar verständlich ein Team, das angeleitet wird.

Nebenher können auch emotionale Blockaden leichter gelöst und thematisiert werden (vgl. Schütz, 2020, S. 71).

## 6.13 SEIN ERLEBEN

Eine Studie hat erwiesen, dass Pferde den Menschen helfen können in der Präsenz zu bleiben. Das liegt daran, dass die Tiere trotz ihres ausgeprägten Gedächtnisses immer im Hier und Jetzt leben (vgl. Schütz, 2020, S. 123).

Das Fluchttierpferd erwartet vor seinem Leiter, den Menschen, eine gewisse Präsenz. Also ein auf das Pferd achten, es vor potenziellen Gefahren zu schützen und ihm auch zu zuhören.

Das könnten wir uns beispielsweise während der Biographiearbeit zu Nutze machen. Somit könnte geübt werden die Vergangenheit ruhen zu lassen und im jetzigen Leben zu bleiben. Laut Schütz braucht das Pferd den Menschen, um auch selbst bei der „Sache“ zu bleiben (vgl. Schütz, 2020, S. 113).

Im Hier und Jetzt mit dem Pferd gemeinsam darf der/die Klient:tin die Aspekte des Wohlbefindens erleben. Akzeptanz, Zuwendung, Bestätigung, Trost und emotionale Öffnung. In einer Studie mit Teilnehmer einer Reittherapie wurde angegeben, dass die Probanden sich weniger auf ihre Ängste und Sorgen fokussierten, sondern vollkommen in der Gegenwart waren (vgl. Friesenhahn, 2017, S. 40).

## **6.14 DAS GUTE SUCHEN – POSITIVE EINSTELLUNG ZUM LEBEN UND MITMENSCHEN**

Laut Frankl ist es wichtig, das Gelungene zu sehen, denn eine Verletzung heilt immer vom gesunden Gewebe aus. Also nicht das berühmte Haar in der Suppe suchen, sondern das Gute.

Es ist förderlich das Leben und auch unserem Gegenüber mit einem liebenden Blick anzusehen. Also das Potenzial des Menschen und des Lebens zu sehen und nicht nur den jetzigen Zustand. Jeder einzelnen Lebensaugenblick hat das Potenzial zu etwas wundervollen zu werden (vgl. Riemeyer, 2007, S. 234).

Die Frage ist sehen wir denn das Gute?

Pferde sind wahre Lernmaschinen. Einmal gelernt, bleibt das Wissen in dem Pferdegehirn hängen. Das gilt auch für Negatives. Pferde können sich 10.000 fast unsichtbare Körpersignale merken. Pferde nutzen dazu ihre hohe Sensibilität für körpersprachliche Signale (vgl. Jones, 2022, S. 154–155).

Wenn der/die Klient:in mit dem Pferd arbeitet ist es wichtig, dass kein Fehlverhalten bestraft wird, aber auch kein Fehlverhalten erlaubt wird. Das Problem dabei ist, dass das Gehirn des Menschen nicht dafür gemacht ist auf das Positive zu schauen. Aufgrund des Aufbaus des menschlichen Gehirns dauert es länger nach Abwesenheit von etwas zu suchen, als nach der Anwesenheit einer gleichen Sache. Also fällt es uns Menschen natürlicherweise schwer optimistisch zu sein und das Gute zu suchen (vgl. Jones, 2022, S. 193–194).

Dabei ist es in der Pferdewelt wichtig jeden kleinsten guten Ansatz zu belohnen. Nur so können wir dem Pferd helfen das Ratespiel, was der Mensch von ihm will, zu schaffen. Der/die Klient:in kann dem Pferd also dabei helfen es richtig zu machen, indem er das Gute sucht (vgl. Jones, 2022, S. 200–201). Woher sonst soll das Pferd wissen, was der Mensch von ihm will...

## **6.15 VERTRAUEN INS LEBEN -**

### **NUR WER LOSLÄSST, WIRD VOM LEBEN GETRAGEN.**

Besonders in der Reittherapie kommt der folgende Aspekt des Reitens beziehungsweise des Getragenseins zum Zuge. Auch in der Beratung kann dieser Aspekt sehr wohl zu nutzen sein.

Anders als bei anderen Therapietieren ist die Körperorientierung bei Pferden besonders gefördert. Das gilt für die freie Interaktion vom Boden aus und auch beim Reiten.

Bei der pferdegestützten Psychotherapie spielt dabei das Getragen oder anders ausgedrückt das Erträglichsein eine primäre Rolle. Die Klienten dürfen, bevor sie sich auf das Pferd setzen, ihre Sorgen am Boden beziehungsweise hinter der Stalltüre lassen. Sie nehmen Abstand zu diesen Dingen und können so leichter ein anderes Paradigma finden (vgl. Hediger & Zink, 2017, S. 51).

Reiten ist nachweislich weitaus mehr als ein Sport. Wobei dabei das pferdegerechte Reiten bei weitem mehr positive Einflüsse auf den Menschen hat als ein nicht artgerechtes Reiten.

Genauer wurde nachgewiesen, dass menschliche mentale Bereiche positiv angesprochen werden: Dazu gehören Linderung von Symptomen - wie es zum Beispiel bei Angst- und Panikstörungen der Fall ist oder bei Hyperaktivität.

Erhöhung des Selbstwertgefühls und auch sehr zur Entspannung beitragen kann. Außerdem kann „sich das Getragen werden“ vom Pferd positiv auf Gedächtnisprozesse, Problemlöse – und Lernverhalten, als auch auf kognitive Fähigkeiten auswirken.

Durch die dreidimensionalen passiven Bewegungen werden bestimmte Gehirnarale des Reiters angesprochen und damit passiv stimuliert. Von diesen Studien wird ausgegangen, dass Menschen mit Selbstwertproblemen, emotionalen Schwierigkeiten und andere Verhaltensproblematiken am meisten profitieren können (vgl. Schütz, 2020, S. 71,72).

Das Selbstwert wird unter anderem dadurch gestärkt, dass das Pferd als Fluchttier beim leitenden Menschen seine Ängste ablegt und ihm vollständig vertraut.

„Das Leben ist trotz mancher Härten unwahrscheinlich gut“ (Lukas, 2013, S. 92).

Der/die Klient:in darf durch das Getragen-Werden vom Pferd als Erlebniswert erfahren, dass sein Leben hindurchträgt, den widrigen Umständen zum Trotz. In der Ich - Botschaft ausgedrückt: Für mich ist zum Glück bedingungslos gesorgt.

Laut E. Lukas führt dieses Selbstverständnis dazu, dass aufkommende Ängste und negative Gedanken über die Umstände förmlich weggeblasen werden. Es steigt in dem Menschen die Trotzmacht des Geistes auf. Die Motivation sein Leben schwungvoll selbst in die eigenverantwortliche Hand zu nehmen. Die Opferhaltung und die scheinbare Abhängigkeit von Anderen wird gegen das Vertrauen, dass ihm oder ihr das Gute im Leben niemand wegnehmen kann. Der Mensch wird befreit zur Eigenverantwortung (vgl. Lukas, 2013, S. 92,93).

## **7 NÖTIGE EIGENSCHAFTEN DES/DER LOGOTHERAPEUT:IN BZW. BERATER:IN**

„One of the most important instruments you have to work with as a counselor is yourself as a person (Corey, 2017, S. 18).“

Einen kleinen Überblick zu den nötigen Eigenschaften eines Berater:in wird im Folgenden gegeben. Dieser Überblick hat nicht den Anspruch auf Vollständigkeit.

Der/die Berater:in sollte neben Neugierde und Wissbegierigkeit auch ein natürliches Interesse am Menschen haben, gerne mit Menschen kommunizieren, Freude am Zuhören haben – das unterstützt den Klienten. Ein gewisses Maß an Einfühlungsvermögen und Verständnis mitbringen - bedingungslos und auch dann, wenn der Klient anderer Auffassung oder Meinung ist, emotionales Einfühlungsvermögen – mit den Gefühlen des Klienten umgehen können. Introspektion sollte kein Fremdbegriff sein – sich selbst auch im Blick behalten, selbstverleudmerisch sein – im gesunden Maße die eigenen Bedürfnisse zurückzustellen und die des Klienten priorisieren, bereit sein auch emotionale Nähe zuzulassen, humorvoll und fähig Autorität auch anzuerkennen (vgl. Gladding, 2018, S. 7).

Laut Gladding kommen auch intellektuelle Kompetenz dazu, damit meint er die Lernbereitschaft beziehungsweise Fähigkeit, eine schnelle Auffassungsgabe und kreatives Denken. Dazu kommt noch ein Maß an Energie – die gesamte Beratungseinheit beim Klienten bleiben, auch wenn es mehrere hintereinander sind. Flexibilität im Sinne des Klienten, unterstützend und wohlwollend dem Klienten gegenüber handeln – ermutigen ihre Entscheidungen selbst zu treffen, Hoffnung geben, sich für den Klienten

einsetzen und letzten Endes ist es auch das Selbstvertrauen – also das Wissen über die eigene Person und welche Faktoren sich wie auf das eigene „Ich“ auswirken (vgl. Gladding, 2018, S. 9).

Für mich persönlich zählt auch regelmäßige Meditation und eine enge, tragende Verbindung zum Leben dazu. Für mich ist es Gott.

Des Weiteren sollten ständige Weiterbildungen / Supervisionen, auch im Bereich der Beratung mit Pferd, absolviert werden. Nur so kann gewährleistet werden, dass die Spiegelung vom Pferd richtig interpretiert und mit dem Klienten ein Alltagsnutzen mitgegeben werden kann. Dazu sollte der/die Berater:in auf verschiedene Methoden und Fragestellungen zurückgreifen können und dabei keinesfalls die Wünsche, Ziele, Hindernisse und Bedürfnisse des Klienten außer Acht lassen (vgl. Schütz, 2022, S. 146).

Um bestmögliche Qualität liefern zu können, ist es unabdingbar, dass der/die Berater:in eine gewisse Expertise im Umgang mit Pferd vorweisen kann. Damit der Klient sich voll auf den Prozess einlassen kann, ist es die Aufgabe des Beraters eventuelle Gefahren zu erkennen und Unfälle zu verhindern. Das geht nur, wenn jahrelange Erfahrungen mit den Pferden vorliegen. Auch obliegt es in seiner Verantwortung auf die Gesundheit des Pferdes zu achten und zu erkennen, wann es dem Tier zu viel wird. Bestenfalls noch bevor, der Equide in die Überforderung kommt (vgl. Schütz, 2022, S. 147).

Im weiteren Abschnitt werden die Anforderungen an das Beratungspferd und die Infrastruktur beschrieben.

## **8 ANFORDERUNGEN AN DAS BERATUNGSPFERD UND DER NÖTIGEN INFRASTRUKTUR**

Die Anforderungen an das Beratungspferd und der Infrastruktur sind nicht weniger anspruchsvoll wie die Anforderungen an den/der Berater:in. Sie tragen aber zu einer besseren Qualität für den Klienten bei.

Denn: „Sind Tiere anwesend, kommunizieren Menschen mehr (Schütz, 2022, S. 146).“

### **8.1 ANFORDERUNG AN DAS BERATUNGSPFERD**

Ein Beratungspferd muss nicht zwangsläufig ein jahrelanges Training absolvieren, jedoch kann auch nicht jedes Pferd diese Arbeit machen.

Nichtsdestotrotz können Pferde jedes Alter und Rasse, mit einem ausgeglichenen Charakter, einer positiven Beziehung zu ihrem Besitzer, die artgerecht gehalten werden, im täglichen Umgang eine Kommunikation mit ihrem Menschen erfahren und die Übungen kennen, eingesetzt werden.

Nur so ist gewährleistet, dass das Pferd den Menschen spiegeln kann und sich auf diesen auch einlassen kann (vgl. Schütz, 2022, S. 150–151).

Es sollte gerne mit verschiedenen Menschen arbeiten wollen und eine gute Grunderziehung genossen haben (vgl. Schütz, 2022, S. 152).

## **8.2 GESUNDERHALTUNG DES PFERDES**

Nur wenn das Pferd den Kopf für den Menschen frei hat, kann es sich auf den Klienten vollkommen einlassen.

Zudem ist es für den/die Berater:in wichtig, dass er die Tierethik stets im Blick behält und das Pferd nicht vermenschlicht, jedoch sich auch nicht emotional distanziert (vgl. Schütz, 2022, S. 152).

### **8.2.1 HALTUNG, FÜTTERUNG UND BEWEGUNG**

Eine artgerechte Haltung umfasst neben Licht, Luft und Bewegung einen 24 Stunden Auslauf im Herdenverband. Zu dem kommt ein hochwertiges, natürliches Futter dazu (vgl. Schütz, 2022, S. 151). Sauberes Trinkwasser sollte selbstverständlich sein und einige mehr Faktoren, die hier aber den Rahmen der Arbeit sprengen würden.

### **8.2.2 ARBEITSPHILOSOPHIE**

Eine Studie hat herausgefunden, dass ein ein- bis zweistündiges Zusammenarbeiten mit einem Sachkundigen Menschen den Pferden gut tut und sie sogar gerne bereit sind unsere Wünsche zu interpretieren und sich bemühen zu gefallen – und das mit einem Gehirn, dass eigentlich einfach nur für die Flucht geschaffen worden ist (vgl. Jones, 2022, S. 226). Dennoch und vielleicht gerade deswegen ist es als Menschen beziehungsweise als ihre Arbeitgeber auf eine gute Work-Life- Balance zu achten, zumal es in unserem Leben das Pferd oft keinen existenziellen Nutzen mehr hat. Über den Tag und über die Nacht verteilt

hat ein Pferd andere Bedürfnisse als ein Mensch. 70% der 24 Stunden ist für Essen und Trinken reserviert. Die Restliche Zeit wird für Schlafen, Spiel, Erforschen und andere Sozialaktivitäten aufgewandt. Wird diese Zeit von uns Menschen zu sehr in Anspruch genommen zeigten die Probandenpferde der Studie Stressanzeichen (vgl. Jones, 2022, S. 228).

Es ist also wichtig, dass der Besitzer:in im Blick behält, dass Pferde Empathie, Wut, Freude, Sympathie, Angst und Stress empfinden können (vgl. Schütz, 2022, S. 151).

Es sollten auch die Pausenzeiten individuell ans Pferd angepasst werden und die Zielgruppe entsprechend dem Charakter des Pferdes ausgesucht werden. Insbesondere in einem Gruppensetting ist es für das Pferd deutlich weniger anstrengend, wenn Artgenossen dabei sind. Somit können sie sich die Arbeit „aufteilen“. Auch Pferde können an Depressionen erkranken. Dabei werden sie ähnlich wie Menschen teilnahmslos, die Lust an Bewegung verlieren, weniger Interaktion mit der Umwelt zeigen. Das kann eine Episode sein und sich genauso aber auch als eine langwierige Krankheit etablieren. Dies kann die Folge von Überforderung, Stress oder mangelnde artgerechte Haltung sein (vgl. Schütz, 2022, S. 152).

Auch das Pferd empfindet die Beratungseinheit als anstrengend und benötigt, wie der/die Berater:in einen Ausgleich zum Alltag. Das könnte ein schöner Ausritt sein oder einen ganzen Tag frei mit den Herdenkollegen haben oder auch Bodenarbeit (vgl. Schütz, 2022, S. 153).

Der/die Berater:in muss auch auf die jeweiligen Besonderheiten eingehen – es kann sein, dass das Pferd bestimmte Dinge nicht mag oder machen will. Die Verbindung zwischen Berater:in und dem Pferd ist maßgebend für den Erfolg am und mit dem Klienten.

Daher sollte immer auf den Co- Berater mit Respekt und Achtung geschaut werden(vgl. Schütz, 2022, S. 154).

### **8.3 ANFORDERUNGEN AN DIE INFRASTRUKTUR**

Die Beratung mit Pferd ist ein aufwendiges Setting. Neben der artgerechten Haltungsform, muss auch der Veranstaltungsort und das nötige Equipment passen.

Es sollte ein Reitplatz, eine Toilette (sauber und ordentlich), in der kalten Jahreszeit einen bestuhlten und beheizten Raum für Gespräche und alltagtransferierende Analysen der Beratungseinheit sowohl diverses Equipment vorhanden sein.

Dazu zählen beispielweise: Flipchart – Visualisierung des Beratungsprozesses, Stangen, Pylonen, Planen und Cavalettis – um dem Klienten während der Arbeit mit dem Pferd Aufgaben geben zu können, beispielsweise das Pferd über die Plane zu führen.

Auch sollte der Hof gut mit dem Auto erreichbar sein (vgl. Schütz, 2022, S. 155).

Fast am wichtigsten ist jedoch einen sicheren Raum für den Klienten zu schaffen, in dem Gedanken und Emotionen frei ausgetauscht werden können.

## 9 METHODEN / ÜBUNGEN

Im Nachfolgenden werden die geplanten und bereits in der Praxis erprobten Methoden für das Projekt „Sinnvoll Schlauer“ genannt.

Je nach Zielsetzung können die Übungen variieren.

Zum einem kann das Pferd zunächst einmal in seiner Herde beobachtet werden. Wie ist die Herdenstruktur? Wer bewegt wen? Wer hat welchen Charakter?

Des Weiteren kann mit Planen Flattervorhängen, Pylonen Bälle ein Parcours aufgebaut werden, den es mit dem zu bewältigen gilt. Die Übungen werden ausschließlich geführt, nicht geritten. Beispielweise kann der/die Klient:in das Pferd ohne Zug am Halfter durch ein Slalom führen, über die Plane und im Trab über eine Stange. Außerdem besteht die Möglichkeit das Pferd nur mit Hilfe der Körpersprache rückwärts durch zwei liegende Stangen zu schicken.

Hier ist immer eine klare Kommunikation nötig. Das Pferd kann nur vertrauen, wenn es klare und souveräne Anweisungen bekommt. Als Fluchttier muss das Pferd vertrauen haben, wenn es über die Plane gehen soll, etc. (vgl. Schütz, 2022, S. 118).

In diesem Kontext kann die Klarheit der Kommunikation vom Klienten evaluiert werden (vgl. Schütz, 2022, S. 119).

Es gibt noch unzählig weitere Übungen, die je nach Zielsetzung und Thema des Klienten vom Berater:in ausgesucht oder kreiert werden können. Um im Rahmen der Arbeit zu bleiben, wird hier nicht weiter darauf eingegangen.

Steigerung des Selbstwertgefühls und des Vertrauens in die eigenen Fähigkeiten.

Themen können zusammenfassend sein - Berufung und Sinn im Leben finden

,Wiedergewinnung der Lebensfreude, Beziehung zu Gott – Gottesbild, Frustrationen /,

Befürchtungen und Ängste Eigene Emotionen / Reaktionen verstehen

,Zwischenmenschliche Beziehungen, Persönlichkeitsentwicklung / Potenzialentfaltung

und viele mehr.

## **10 ZIELGRUPPE**

Die Zielgruppe ist weitgefächert und zunächst einmal nur auf das Alter ab 12 bis 99 Jahren beschränkt. Ansonsten kann jeder gesunde Mensch das Angebot annehmen. Erkrankte Menschen können das Angebot als eine Unterstützung zu ihrer Behandlung betrachten. Wobei nicht mit der Krankheit gearbeitet wird, sondern mit der allgemeinen Stärkung des Menschen. Ein Ausrüsten im Kampf gegen diesen unabänderbaren Lebensumstand. Es werden Einzelsetting, Gruppensettings – mit oder ohne Pferd angeboten. Sollte der/die Klient:in für persönliches Gespräch zu weit weg wohnen, kann eine online Beratung in Betracht gezogen werden. Hierzu ist es aber abzuschätzen, ob die Bedingungen dazu erfüllt werden können.

### **10.1 EINZELSETTING**

Im Einzelsetting kann ein persönlicher und sicherer Raum geschaffen werden, wo gemeinsam an dem Ziel des Klienten gearbeitet werden kann. Dabei ist es nicht zwingend notwendig an einem Tisch sich gegenüber zu sitzen. Es kann sogar sehr förderlich für den Prozess sein, wenn andere „Werkzeuge“ ihre Verwendung finden.

Im Einklang der Werte entdecken und entfalten wir zusammen das persönliche Potenzial des Klienten. Wir schauen uns „die Sachen“ aus anderer Perspektive an.

Jeder Mensch hat durch das Leben Ressourcen bekommen, um im Einklang seines persönlichen Sinns und Werten das Leben zu leben. Mit der Zeit, den Umständen, Schicksalsschlägen und Prägungen verschwimmen die Werte und Ressourcen wie im Nebel. Die Lebensqualität schwindet.

Dem können wir gemeinsam entgegenwirken.

### **10.1.1 BERATUNG MIT UND OHNE PFERD**

Mit gezielten Fragen wird dem/der Klient:in geholfen die für sich sinnvollste Lösung zu finden. Wichtig ist dabei, dass der/die Berater:in offene und nicht direkte Fragen stellt, denn nur der/die Klient:in selbst kann die Situation vollumfänglich erfassen.

Der Klient bekommt eine Art „Werkzeugkoffer“, mit dem er sich in Zukunft immer wieder selbst helfen kann. Die Perspektive wird zu einer sinnvollen umgewandelt.

Die online Beratung läuft gleich ab, nur dass die Beratung über Videoübertragung stattfindet.

Mit Pferd hat der/die Klient:in die oben angesprochenen Vorteile zu genießen.

### **10.1.2 WALK AND TALK MIT UND OHNE PFERD**

Unser Gehirn kann sich während der Bewegung besser konzentrieren. Der Weg ist das Ziel und dort beginnt auch schon der Be- und Verarbeitungsprozess.

Im Gehen entfernen wir uns bereits von dem Problem und bewegen uns gemeinsam zu dem Neuen und zur Lösung hin.

Hier wirkt das Pferd als ein persönlicher Spiegel. Es wird dem/der Klient:in deutlich zeigen was dieser brauchst, um den Prozess präzise zu bearbeiten, da es die inneren Prozesse von Natur aus spiegelt.

### **10.1.3      ENTSPANNT MIT PFERDEN SEIN**

Ein weiteres Angebot soll als Ergänzung dienen, um auch die entstressende Wirkung des Pferdes zu spüren und einmal dem Stress zu entfliegen.

Einfach im Hier und Jetzt zu sein, die oben besprochene Wirkung selbst erleben.

Dabei kann das Pferd auch gestreichelt werden, wenn es das auf der Weide von sich aus anbietet. Der oder die Berater:in bleibt stets in der Nähe. Beratung ist hier aber nicht das Ziel, sondern die Sorgen und den Alltag hinter dem Weidetor zu lassen.

### **10.1.4      KÖRPERSPRACHE LERNEN**

Wie oben bereits mehrfach erwähnt, hat der/die Klient:in hier die Möglichkeit an seiner Körpersprache zu arbeiten und sein Führungsstil zu reflektieren. Durch die feinen Signale, die die Pferde wahrnehmen, kann so auch das Körpergefühl und die Körperkontrolle verbessert werden.

## **10.2 GRUPPEN-, PAAR- UND TEAMSETTING**

Hier kann die Gruppe je nach Zielsetzung Selbsterfahrung mit dem Pferd erleben, Teamstrukturen entdecken, Teambeziehung festigen, Konflikte aufarbeiten, Kommunikation verbessern, Leitungsfähigkeiten erproben und verbessern und einfach eine schöne Erlebniszeit erleben.

### **10.3 KINDER UND JUGENDLICHE**

Aufgrund der in dieser Arbeit zuhauf erwähnten Vorteile kann es sehr von Vorteil seinen Kindern und Jugendlichen auch außerhalb des Beratung-setting die Zeit mit Pferden zu ermöglichen. Ganz nebenher und fast unbemerkt mit der Arbeit mit Pferden, können Sozialkompetenzen gestärkt werden. Grenzen setzen können, Kommunikation, Resilienz, Selbstwert, Verantwortungsübernahme, Durchhaltevermögen, Selbstvertrauen, Gleichgewicht, Körpergefühl und vieles mehr können verbessert werden.

## 11 BEISPIELE AUS DER PRAXIS

Namen wurden zum Schutze der Privatsphäre der Klienten geändert.

### 11.1 SELBSTBILD, PROZESSBLOCKADEN

Fredericke M., eine junge, beeindruckende Frau, die bereits viele Ausbildungen aufgrund äußerlicher Umstände abbrechen musste. Ihren Traum Architektur zu studieren hat sie allerdings nie aufgegeben. Sie ist sehr reflektiert. Im Laufe unserer Beratungen stellte ich fest, dass Fredericke nicht zum „Durchbruch“ kommt. Sie benötigte eine Gedankenstütze, die ihr praktisch, quasi zum Anfassen ihre inneren Prozesse spiegelt und so nach außen, für sie sichtbar transportiert.

Sie nahm meine Empfehlung die nächste Sitzung mit Pferd zu machen an.

Als das Pferd neben ihr in zwei Meter Entfernung frei ruhte und wir ins Gespräch kamen, erwähnte diese junge Frau, wie sie sich selbst sah. Wie die Menschen aufgrund ihres Versagens ihr aus dem Weg gehen würden. Sich distanzieren würden.

Ich fragte sie, was sie dazu bewegen würde, so zu denken.

Sie erwiderte, dass sie die Ausbildung xy abgebrochen habe und dann die Menschen von ihr weg gingen.

Während sie das aussprach, ging das Pferd seitlich einen halben Meter auf ihre Schulter zu. Ich fragte sie, was noch ihre Gedanken zu diesem Thema seien.

Sie sagte, als sie ihren Job bei TY kündigte, gingen die Menschen weg von ihr. Das Pferd bewegte sich wieder einen halben Meter seitlich auf ihre Schulter zu.

Dieses Phänomen wiederholte sich noch weitere zwei Male, bis Fredericke und das Pferd Schulter an Schulter standen, so dass sich ihre beiden Schultern berührten.

Mittlerweile weinte die Klientin etwas. Ich frage sie sanft, ob sie gerade bemerke, was da passierte.

Sie nickte zaghaft. Ich gab dem Pferd sein Signal und er ging weg. Er wusste sein Job war getan.

Fredericke und ich sprachen noch einige Minuten über den Prozess und ihre Zielsetzung. Der Prozess hatte von diesem Augenblick an nun die Möglichkeit in Gang zu kommen.

Fredericke erkannte praktisch ihre inneren Blockaden und Lügen. Von nun an konnten wir an ihrer Zielsetzung ohne Hindernisse arbeiten.

## **11.2 ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN**

Petra, eine ältere Dame, kam zu der Beratung mit Pferd, um sich über eine prekäre Entscheidung klar zu werden. Sie befand sich in einem Dilemma, denn ganz gleich wie sie die Entscheidung treffen würde, wären die Konsequenzen eventuell unangenehm.

Sie wollte ihre Entscheidung zusammen mit dem Pferd erarbeiten und das Pferd als Stütze bei sich haben.

Sie führte das Pferd nach dem gemeinsamen Putzen und gegenseitigen Kennenlernen von Pferd, Berater und Klientin am Halfter auf den Reitplatz.

Nach einem Gespräch hat sich herauskristallisiert, dass sie drei Optionen beziehungsweise Entscheidungen zur Verfügung hatte.

Sie sollte zusammen mit dem Pferd drei Pylonen aus der Materialecke des Reitplatzes holen und zusammen mit Pferd ohne Zug am Seil da aufstellen, wo sie denke, dass es sinnvoll wäre die Pylonen oder anders gesagt die Entscheidungen hinzustellen.

Während dem Hinstellen sollte sie sich überlegen, welche der drei verschieden farbigen Pylonen welche jeweilige Option darstellen sollte.

Wir trafen uns dann in der Mitte. Das Halfter wurde dem Pferd abgenommen und sie sollte allein mit der nonverbalen Kommunikation das Pferd mit zu der jeweiligen Pylone mitnehmen und dabei die Option, die diese Pylone darstelle im Hinterkopf halten. Zur ersten Option ging das Pferd nur sehr zögerlich mit. Bei der zweiten folgt es prompt und entspannt. Bei der dritten blieb es komplett stehen.

Im Reflektionsgespräch erkannte die Klientin, dass sie sich bei der zweiten Option am sichersten fühlte. Die erste Option war für sie okay und bei der dritten, da spürte sie schon, dass das gar nicht der richtige Weg sein würde.

Durch das Pferd konnte Petra ihre Entscheidung visualisieren und auch in sich hineinhören was sie als den sinnvollsten Weg ansehen würde.

Petra ging mit einem Lächeln, da sie wusste, dass sie mit den Konsequenzen der zweiten Option am besten Leben könnte.

## 12 ZUSAMMENFASSUNG

Zwischen Pferd und Mensch finden wir ein Maß an Kommunikation, wo wir sie nirgends sonst in der Haustierwelt finden. Diese Kommunikation ist durch ihre physikalische und physiologische Grundlage so besonders (vgl. Jones, 2022, S. 303). Die Neurone des Pferdes feuern als direkte Rückmeldung auf menschliche Neurone und umgekehrt. Menschen in diesem Kommunikationszirkel haben das Privileg in das Gehirn eines Beutetiers „hineinzuschauen“. Wir werden ein Teil des Pferdegehirns, wenn wir mit dem Pferd arbeiten – und das Pferd wird ein Teil unseres Gehirns (Jones, 2022, S. 303).“

Sie lehren uns wie man klare Grenzen setzt, dass Körpersprache mehr bedeutet als Wörter, Ziele Schritt für Schritt angehen, Ängste zu überwinden, Empathie, Mitgefühl (vgl. Jones, 2022, S. 306).

Durch das direkte, ehrliche, sofortige Biofeedback der Pferde können logotherapeutische innere Prozesse erleichtert, beschleunigt und sichtbar werden. Prozesse und logotherapeutische „Werkzeuge“, beziehungsweise Möglichkeiten werden anfassbar, ja, erlebbar. Das Ergebnis kann leichter in den Klienten Alltag nachhaltig integriert werden und so zur Einstellungs- und Verhaltensänderung beitragen.

Mehr Gelassenheit, Durchsetzungs- und Kommunikationsfähigkeit, Selbstwertbewusstsein, Empathie, vorausschauendes Leiten, Eigenverantwortung können so den Alltag gravierend verändern.

Von der unter anderem hier erhaltenen Eigenverantwortung kann dann weiter im schöpferischen Wert gearbeitet werden. Das Pferd ist nicht nur einfach ein großes,

kostenintensives „Werkzeug“ der psychosozialen Beratung, sondern kann, wenn artgerecht gehalten, dem Klienten maßgeblich zum besseren Selbst – und Umgebungsverstehen verhelfen. Pferde sind weit mehr als behäbige, grasfressende und elegante Geschöpfe. Sie sind unser Geschenk des Lebens. Nutzen wir diesen sozialintelligenten Sinnappell?

Einer der wichtigsten Gründe sich mit Pferden zu beschäftigen ist, dass sie 100% echt sind. Sie stehen für den Slogan: „Man bekommt, was man sieht.“ Sie betrügen und bewerten nicht. Sie nutzen nicht aus. Diese Authentizität finden wir Menschen recht selten (vgl. Jones, 2022, S. 296). Nehmen wir dieses Gottes Geschenk doch gerne an, oder?

## 13 LITERATURVERZEICHNIS

- Aristoteles* (10.01.-384—31.12.-322). (o. J.). <https://www.zitate.eu>. Abgerufen 18. Mai 2022, von <https://www.zitate.eu/autor/aristoteles-zitate/281628>
- Batthyány, A., Lukas, E., Frankl, E., & Vesely, F. (2020). *Logotherapie und Existenzanalyse heute: Eine Standortbestimmung*. Tyrolia-Verlag.
- Biller, K., & Stiegeler, M. de L. (2008). *Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor Emil Frankl* (1. Aufl). Böhlau.
- Biller, K., & Stiegeler, M. de L. (2020). *Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor Emil Frankl* (3. Aufl). Tarsoly Verlag.
- Buchner-Fuhs, J., & Rose, L. (2012). *Tierische Sozialarbeit: Ein Lesebuch für die Profession zum Leben und Arbeiten mit Tieren*. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (Tenth edition). Cengage Learning.
- European Society of Animal Assisted Therapy, E. (o. J.). *Definition tiergestützter Therapie.pdf*. Abgerufen 13. November 2022, von [http://www.esaat.org/shared-files/3328/?Die\\_Definition\\_TgT-2022-1.pdf](http://www.esaat.org/shared-files/3328/?Die_Definition_TgT-2022-1.pdf)
- Frankl, V. E. (1975). *Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*. H. Huber.
- Frankl, V. E. (1993). *Theorie und Therapie der Neurosen: Einführung in Logotherapie und Existenzanalyse* (7. Aufl). Reinhardt.
- Frankl, V. E. (2012). *Der Wille zum Sinn* (6. Aufl). Huber.
- Frankl, V. E. (2015). *Ärztliche Seelsorge: Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse: mit den zehn Thesen über die Person* (6. Auflage). dtv.

- Frankl, V. E., & Batthyány, A. (2017). *Wer ein Warum zu leben hat: Lebenssinn und Resilienz* (1. Aufl.). Beltz.
- Friesenhahn, J. (2017). *Kommunikation als Basis wirkungsvollen Führungskräfte-Coachings: Von der Dyade zur Triade im Setting mit Pferden*. Springer.
- Gabor, V. (2020). *Mein Pferd kann's! Lerntraining für Pferde: Mit Übungen + Tests zum Nachmachen* (1. Auflage). Müller Rüschnikon.
- Gladding, S. T. (2018). *Counseling: A comprehensive profession* (Eighth Edition). Pearson Education.
- Gomolla, A. (Hrsg.). (2016). *Praxisreihe Pferdegestützte Psychotherapie: Band 1: Theorieeinblicke und Praxisberichte aus der pferdegestützten Verhaltenstherapie mit Erwachsenen*. Books on Demand.
- Gomolla, A. (Hrsg.). (2019). *Praxisreihe Pferdegestützte Psychotherapie: Band 2: Theorieeinblicke und Praxisberichte aus der pferdegestützten Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen* (1. Auflage). Books on Demand.
- Hediger, K., & Zink, R. (2017). *Pferdegestützte Traumatherapie*. Ernst Reinhardt Verlag.
- Heintz, B. (2021). *Empathie auf vier Hufen: Einblicke in Erleben und Wirkung pferdegestützter Psychotherapie*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Jones, J. L. (2022). *Horse brain - human brain: Erkenntnisse aus der Neurowissenschaft - wie Pferd und Mensch denken, fühlen, handeln: der Bestseller aus den USA* (B. Schöning, Übers.). Kosmos.
- Lukas, E. (2003). *Spannendes Leben: In der Spannung zwischen Sein und Sollen - ein Logotherapiebuch* (3., erg. Aufl.). Profil-Verl.
- Lukas, E. (2013). *Binde deinen Karren an einen Stern: Was uns im Leben weiterbringt*. Verlag Neue Stadt.

Lukas, E. (2022). *Durchquehrung einer bewegten Zeit: Acht Jahrzehnte Lebenserfahrung* (1. Auflage, 2022). Neue Stadt.

Lukas, E., & Schönfeld, H. (2020). *Psychotherapie in Würde: Logotherapie konkret*. Elisabeth-Lukas-Archiv GmbH.

Oppermann, K., & Lukas, E. (Hrsg.). (2010). *Wozu leben? Logotherapeutische Selbsterfahrung und Biografiearbeit* (1. Aufl.). Verl. der Ideen.

Riedel, C., Deckart, R., & Noyon, A. (2015). *Existenzanalyse und Logotherapie: Ein Handbuch für Studium und Praxis* (2. Auflage, Sonderausgabe). WBG (Wissenschaftliche Buchgesellschaft).

Riemeyer, J. (2007). *Die Logotherapie Viktor Frankls und ihre Weiterentwicklungen: Eine Einführung in die sinnorientierte Psychotherapie* (1. Aufl.). Huber.

Schütz, K. (2020). *Pferde, Forschung & Psychologie: Wissenschaftliche Befunde zu Fähigkeiten von Pferden und deren Wirkung auf Menschen* (2., überarbeitete Auflage). BoD – Books on Demand.

Schütz, K. (2022). *Pferdegestütztes Coaching – psychologisch basiert und wissenschaftlich fundiert*. Springer.

*Sinn des Lebens in der Philosophie – Philosophische Antworten*. (o. J.). Lebenswelt & Depression » Philosophie über Mensch & Welt. Abgerufen 28. November 2022, von <https://www.die-inkognito-philosophin.de/blog/sinn-des-lebens>

Staupendahl, K., & Schröder, A. (2020). *Coaching mit Pferden: Viel mehr als heiße Luft: Funktionsweise, Qualitätsmerkmale und Rahmenbedingungen pferdegestützter Coachings und Seminare* (3. Auflage). Windmühle.

*Tiergestützte Therapie—Therapie mit Tieren*. (o. J.). Abgerufen 13. November 2022, von <https://www.oberbergkliniken.de/therapien/tiergestuetzte-therapie>

Truckenbrodt, N., & Fiegler, J. (2004). *Von Pferden lernen: Wie der Umgang mit Pferden die Persönlichkeit entwickelt*. blv.

Watzlawick, P., Bavelas, J. B., Jackson, D. D., & Watzlawick, P. (1974). *Menschliche Kommunikation: Formen, Störungen, Paradoxien* (4., unveränd. Aufl). Huber.

Woeger, S. (2021). *GEWISSEN UND SCHULD: Wissenswertes und praxiswerkzeuge für psychologisch beratende*. BOOKS ON DEMAND.

*Zitate von Horseman*. (o. J.). Abgerufen 13. November 2022, von <https://www.balanced-horse-konzept.de/zitate.html#>

## 14 ABBILDUNGSVERZEICHNIS

Abbildung 1 <a href="https://www.ursula-berghofer.at/">https://www.ursula-berghofer.at/</a> (2022)	11
Abbildung 2 (Schechner & Zürner, 2016, S. 45)	11