

Therapeutisches Reiten – heilend für Seele und Körper

Die positive Wirkung des Reitens auf Körper und Seele ist schon seit dem Altertum bekannt. In der heutigen Zeit werden Pferde deshalb als „Co-Therapeuten“ auch in der Ergotherapie, Krankengymnastik und Pädagogik bei körperlich, psychisch, geistig oder psychosozial behinderten oder erkrankten Menschen eingesetzt.

Die Wirkung der Reittherapie für den Menschen sind vielfältig. So übertragen sich die Schwingungen des Pferderückens auf den Reiter. Menschen werden durch dieses Bewegtwerden motiviert sich selbst zu bewegen. Die dreidimensionale Bewegung, der Wechsel von stabiler und instabiler Position fördert die Aufrichtung und den Gleichgewichtssinn. Die rhythmischen Bewegungen, der Takt, die Regelmäßigkeit der Schritte vermitteln Sicherheit und fördern die Körperwahrnehmung und Raumorientierung. Auch erfährt der Reiter Entspannung und kommt innerlich zur Ruhe. Schon das

bloße Betrachten und Berühren wirkt beruhigend und verändert die Herzfrequenz.

Die Größe, Kraft, Schönheit der Tiere haben einen hohen Aufforderungscharakter und fördern so die Aktivität des Reiters.

Der wesentliche Unterschied zu einem anderen Therapiemittel ist, dass es sich beim Pferd um ein lebendes Geschöpf handelt und so das Verlangen des Menschen nach einer Du-Beziehung gestillt wird.

Die Mensch-Pferd-Beziehung läuft in erster Linie taktil (berührungsorientiert) ab ebenso wie die Mutter-Kind-Beziehung. Die Tiere genießen das Streicheln

und die körperliche Zuwendung des Menschen, es findet eine nonverbale Kommunikation statt, daher stört sich das Pferd weder an einer Körper- noch einer Sprachbehinderung.

Hufe, die dich tragen

Therapeutisches Reiten ist der gezielte Einsatz des Pferdes, um positive Auswirkungen auf das Erleben und Verhalten des Menschen zu erzielen.

Pferde wirken auf jeden Menschen, gerade auch auf diejenigen, die vermehrt Kraft und Unterstützung brauchen, denn das Reiten wirkt heilend bei körperlichen, seelischen und sozialen Beeinträchtigungen.

Das Therapeutische Reiten gliedert sich in fünf Fachbereiche:

- Hippotherapie: eine krankengymnastische Behandlung auf neurophysiologischer Grundlage mit und auf dem Pferd. Indiziert ist die Hippotherapie überwiegend bei neurologischen Erkrankungen.

- Therapeutisches Reiten in der Ergotherapie: ergotherapeutische Behandlung mit dem Pferd

werden Behandlungen auf der Grundlage des sensomotorisch-perzeptiven, motorisch-funktionellen und psychisch-funktionellen Ansatzes.

- Heilpädagogisches Reiten und Voltigieren: eine pädagogisch-psychologische Behandlungsform, durch die über das Pferd positive Verhaltensänderungen erzielt werden. Wird eingesetzt bei psychischen Erkrankungen oder auch bei geistig behinderten Menschen.

- Therapeutisches Reiten im psychologischen Kontext: eine körperorientierte, ganzheitliche Behandlung von seelischen Störungen mit der Unterstützung des Pferdes.

- Reiten und Fahren als Sport für Menschen mit Behinderungen. Menschen mit einer körperlichen oder geistigen Behinderung oder einer Sinneschädigung stellt das Reiten und Fahren ein sportliches Lern- und Übungsfeld, das sie zusammen mit nicht behinderten Menschen nutzen können. Der Behindertensport in der Rehabilitation steigert die Gesundheit, dient der Entfaltung der Persönlichkeit und der sozialen Integration.



Pferde bauen unbeeinflusst vom äußeren Erscheinungsbild oder einer Behinderung eine Beziehung zum Menschen auf.

Die Voraussetzung für das Therapeutische Reiten ist zum einen, dass die Fachkräfte entsprechend der Fachrichtung ausgebildet sind. Darüberhinaus müssen sie über Expertisen verfügen in der Anwendung des Fachgebietes beim Einsatz von Pferden, beispielsweise über eine Ausbildung als Physiotherapeut und dazu eine Zusatzausbildung in der Hippotherapie. Zum anderen müssen gut gerittene und sichere Pferde zur Verfügung stehen, auch ein geschützter Rahmen ist Voraussetzung.

Zu Beginn der Therapie muss das Ziel, das erreicht werden soll, klar definiert, ein Entwicklungsplan erstellt und der erzielte Erfolg mit dem ursprünglichen Ziel abgeglichen werden.



Menschen mit Verletzungen des Zentralen Nervensystems profitieren bei der Hippotherapie von der Förderung des Gleichgewichtsinnes, der Körperwahrnehmung und der Raumorientierung.

Reiten als sinnvolle Freizeitbeschäftigung

Aus der Therapie heraus kann die Freude am Reiten als sinnvolle Freizeitbeschäftigung entstehen.

Reiten, Fahren und Voltigieren sind Sportarten, bei denen es möglich ist, dass Menschen mit Behinderungen und Nichtbehinderte gemeinsam aktiv sind. Auch hier müssen passende

(gleiche) Rahmenbedingungen, geeignete Reitlehrer (z.B. Reiten als Gesundheitssport, Reiten als Sport für Menschen mit Behinderung) zur Verfügung stehen.

Die Wirkung der Pferde auf den Menschen ist die gleiche – ob in der Therapie oder bei der Freizeit. Lediglich werden in der Therapie die Ziele vom Therapeuten definiert, während beim Reiten als sinnvolle Freizeitbeschäftigung der Betroffene sich seine eigenen Ziele setzt. Die Selbstbestimmung ist das Ziel.

kontakt

Monika Müller
Arbeitsgemeinschaft
für therapeutisches Reiten
Baden-Württemberg
www.therapeutisches-reiten-bw.de