

Das Pferd als Freund

Pferde vermitteln Menschen Bindung



Pferdegestützte Therapie und Pädagogik

Andrea Laky

Was Pferde alles vermitteln können.

Pferde werden in verschiedenen Arten in sozialen, pädagogischen und therapeutischen Bereichen eingesetzt.

Andrea Laky, andrea@andrealaky.ch, www.pferdeverbunden.ch

Physiologische Effekte

- Die Lebensqualität und Freude von Personen erhöhen sich durch die Zusammenarbeit mit dem Pferd.
- Aus der Freundschaft mit Pferden können Menschen einen Gewinn physiologischer, psychischer und sozialer Hinsicht ziehen.
- Der Mensch findet im Pferd einen verlässlichen Kameraden.
- Es gibt ein „Verstehen ohne Worte“
- Das Pferd nimmt intuitiv Stimmungen wahr und fängt nonverbale Signale auf wie Blicke, Gesten, Bewegungen und Berührungen.
- Die bloße Anwesenheit von Pferden erniedrigt die Herzfrequenz und senkt den Blutdruck.
- Pferde haben eine beruhigende Wirkung auf den menschlichen Organismus, eine stressabwehrende Wirkung.

Psychische Effekte

- Die Stimmung hellt sich auf und depressiven Stimmungen wird entgegen gewirkt.
- Die Pferde steigern die Motivation von Menschen und regen sie zu Aktivitäten und zum permanenten Dazulernen an.
- Sie verdrängen durch ihre bloße Anwesenheit Gefühle der Einsamkeit.
- Sie sind in der Lage, emotionale Lücken, wie z.B. durch den Verlust eines nahen Angehörigen, zu füllen.
- Die Verantwortung die man für ein Pferd übernimmt, kann einem von Einsamkeit und Suizidgedanken abhalten.

- Pferde stabilisieren und strukturieren den Tagesablauf.
- Nach grosser Aufregung helfen Pferde dem Menschen dabei sich wieder zu beruhigen.
- Sie sind in der Lage Spannungen zu vermindern oder gar aufzulösen.

Soziale Effekte

- Auch in sozialer Hinsicht lösen Pferde beim Menschen Effekte aus. Z.B. in Familien können sie dazu beitragen, den Zusammenhalt zu intensivieren.
- Pferde erleichtern die Kontaktaufnahme zu anderen Menschen, da immer ein geeignetes Gesprächsthema gefunden wird und aus losen Bekannten entwickeln sich möglicherweise Freundschaften.
- Sie ermöglichen dem Menschen sich anderen gegenüber leichter zu öffnen und aus sich heraus zu gehen. Damit eröffnen sich Möglichkeiten, dass sich auch in therapeutischer Hinsicht Erfolge einstellen können.

Pferde und Kinder

Pferde werden insbesondere in der Begleitung und Therapie von Kindern gerne eingesetzt. Hier ist das Pferd von vielfältiger Bedeutung und wird zum pädagogischen Helfer. Pferde können den Kindern helfen, ein positives Selbstkonzept zu entwickeln. Kinder lernen im Umgang mit Pferden Verantwortung zu tragen. Kinder fühlen sich bei Pferden sicher und aufgehoben: Sorgen und Probleme können ihnen gefahrlos anvertraut werden.

Die Grösse des Pferdes bringt es in eine Autoritätsposition, die einen respektvollen und angemessenen Umgang erfordert: Wünsche und Aufforderungen können nicht unbedingt mit Kraft gegen den Willen des Pferdes durchgesetzt werden. Gegenüber aggressivem Verhalten des Menschen kann sich das Pferd zur Wehr setzen.

Mit Hilfe einer ruhigen, aber bestimmten und eindeutigen Kommunikation kann jedoch ein Mitmachen des Pferdes erreicht werden.

Auf dem warmen, weichen Pferd werden häufig frühkindliche Bedürfnisse nach Körperkontakt und sozialer Nähe, Getragenwerden und Geborgenheit wach.

Bei der Arbeit mit dem Pferd (ob beim reiten oder vom Boden aus) ist ein grossflächiger Körperkontakt mit dem Pferd möglich. Dieser körperliche Umgang regt alle Sinne und damit heilende Selbst- und Körper- Erfahrungen an.

Kommunikation

Das Herdentier Pferd besitzt zur Verständigung unter den Mitgliedern der Herde eine Reihe verschiedener Ausdrucksmöglichkeiten und eine äusserst feine Wahrnehmung für Körpersignale zum Wahrnehmen der jeweiligen Gefühls- und Stimmungslage des Gegenübers, also auch des Menschen.