

# Reittherapie stärkt Selbstbewusstsein und Körperwahrnehmung : auf dem Pferderücken sich selber spüren

Autor(en): **Steiner, Barbara**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Curaviva : Fachzeitschrift**

Band (Jahr): **76 (2005)**

Heft 11

PDF erstellt am: **21.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-805281>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Reittherapie stärkt Selbstbewusstsein und Körperwahrnehmung

# Auf dem Pferderücken sich selber spüren

■ Barbara Steiner

**Im Pädagogischen Zentrum Pestalozzihaus in Rätterschen haben zwei Pferde und zwei Esel eine spezielle Aufgabe: Mit ihnen und der Reittherapeutin zusammen lernen Kinder mit psychosozialen Schwierigkeiten sich selber besser kennen und bauen eine Beziehung zum Tier auf.**

Ist der Reitplatz an der Zufahrt zum Pestalozzihaus (siehe nebenstehenden Kasten) in Rätterschen längere Zeit verwaist, kann dies nur eines bedeuten – es ist Schulferienzeit. Normalerweise herrscht dort nämlich reger Betrieb: Entweder machen Kinder und Jugendliche einzeln, zu zweit oder zu dritt Übungen auf einem Pferd, das an der Longe im Kreis geht. In diesen Voltigierstunden werden körperliche Koordination, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Ausdauer geschult; die Kinder erleben Vertrauen und übernehmen Verantwortung füreinander. Meist aber widmet sich Reittherapeutin Irene Krieg einer einzigen jungen Reiterin oder einem einzigen jungen Reiter.

Die Buben und Mädchen stammen grösstenteils aus Familien in einer schwierigen Situation und verbringen im Pestalozzihaus in stabilem Rahmen und professionell betreut einen Teil ihrer Kindheit. Die Reittherapie (siehe Kasten Seite 19) ist ein fester Bestandteil des Therapieangebots des Pestalozzihauses. Sie unterstützt Kinder und Jugendliche mit Problemen mit der

Körperwahrnehmung, der Grob- und Feinmotorik, der Bewegungskoordination, dem Gleichgewicht und der Raumorientierung.

«Im Kontakt mit dem Tier entsteht eine Beziehung, die Freude, Neugierde und Mut für Neues weckt. Zudem entwickeln die Kinder mittels Selbstbewusstsein Führungsqualitäten», erklärt Irene Krieg. Interessierte verpflichten sich, während mindestens eines Quartals bei jeder Witterung in die Reitstunde zu kommen und begleitende Pflegearbeiten zu übernehmen. Der Andrang ist gross: Irene Krieg muss eine Warteliste führen.

## Fester Ablauf

Für jedes Kind im Pestalozzihaus wird viermal jährlich eine interdisziplinäre Sitzung durchgeführt. Bezugspersonen aus den Bereichen Schule, Psychologie und Sozialpädagogik befassen sich dort im Sinne einer kooperativen Handlungsplanung mit dem Stand der Entwicklung und anzugehenden Zielen im motorischen, emotionalen und sozialen Bereich. An den Gesprächen über die Kinder und Jugendlichen, welche die Reittherapie besuchen, nimmt auch Irene Krieg teil. Auf der Basis des Sitzungsergebnisses plant sie den weiteren Therapieverlauf und bereitet sich anhand der Unterla-

## Teilbereich des Therapeutischen Reitens

Das Heilpädagogische Reiten ist neben Hippotherapie (physiotherapeutische Übungsbehandlung bei körperlichen Behinderungen und Störungen) und Reiten für Behinderte ein Teilbereich des Therapeutischen Reitens.

Unter dem Begriff «Heilpädagogisches Reiten» werden laut Schweizerischer Vereinigung für Heilpädagogisches Reiten und Voltigieren (SV-HPR) pädagogische, psychologische, psychotherapeutische, rehabilitative und soziointegrative Einflussnahmen mit Hilfe des Pferdes bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit verschiedenen Behinderungen oder Störungen zusammengefasst.

Im Vordergrund steht die günstige Beeinflussung des Verhaltens und des Befindens. Im Umgang mit dem Pferd und beim Reiten wird der Mensch ganzheitlich angesprochen: körperlich, emotional, geistig und sozial. Zentral ist denn auch der Umgang mit dem Reittier. Im Pestalozzihaus gehören zum Heilpädagogischen Reiten die Einzelstunden, das heilpädagogische Voltigieren (Gruppen) und das Trekking.

Adressen von Therapiehöfen sind unter [www.sv-hpr.ch](http://www.sv-hpr.ch) zu finden.



gen auf die Stunden vor. Diese laufen grundsätzlich immer nach dem gleichen Muster ab. Die Reittherapeutin begrüsst das Kind und nimmt seine Stimmung auf. Sie erkundigt sich nach seinem Befinden und erläutert ihm Möglichkeiten, wie sich die Stunde gestalten liesse. «Der Schwerpunkt ist jeweils gegeben. Aber das Kind soll mit mir zusammen entscheiden können, wie wir arbeiten, ob es beispielsweise eher ruhiger zu und her gehen soll oder ob der Zeitpunkt gekommen ist für eine neue Herausforderung», erläutert Irene Krieg. Im Pestalozzihaus befinden sich Kinder fast immer in einer grösseren Gemeinschaft. Beim Reiten haben sie Therapeutin und Pferd einmal ganz für sich: «Das schätzen viele von ihnen sehr.» Steht fest, welcher der beiden Freiberger oder welche der zwei Grosseelstuten – alle vier hat Irene Krieg speziell ausgebildet – zum Einsatz kommt, holen Therapeutin und Kind das Tier aus der Gruppe und tasten es mit den Händen am ganzen Körper bis zu den Hufen hinunter ab. «So entstehen einerseits Nähe und Vertrauen.

Wir spüren aber auch sofort, ob ein Tier allenfalls eine Verletzung hat.» Dann wird es zu zweit geputzt, bevor der individuell festgelegte Teil folgt. Mit Übungen auf dem Boden, an Geräten und auf dem Pferd schult die Reittherapeutin mit dem Kind das Erlangen eines optimalen Körpergefühls. So lernt es etwa, das Gleichgewicht zu finden und zu halten und bewusst zu atmen. Zentral sind Körperzentrierung und Erdung. Verspannungen lassen sich beispielsweise lösen, wenn ein Kind auf dem Rücken des Tieres liegt und sich tragen lassen kann. Dabei wird es angeleitet, auf Körper, Wärme und Atmung bei sich selbst und dem Tier zu achten.

Je nach Zielsetzung führt Krieg das Kind in elementare Reittechniken ein und übt mit ihm Bewegungsabläufe.

## Erziehung zur Eigenständigkeit

Zum Pädagogischen Zentrum Pestalozzihaus gehört nebst dem Schul- und Ferienheim in Räterschen in der Gemeinde Elsau bei Winterthur seit drei Jahren eine externe Tagesschule in Bülach; in Räterschen wurde vor kurzem eine Tagesschule für Oberstufenschülerinnen und -schüler eröffnet. Trägerschaft ist seit der Gründung 1926 die Kommission Pestalozzihaus Räterschen; sie hat die Rechtsform eines Vereins und besteht aus neun Persönlichkeiten aus den verschiedensten Bereichen des öffentlichen Lebens. Aufgenommen werden im Schul- und Ferienheim normal intelligente Kinder – in der Regel im Alter zwischen sechs und zehn Jahren – mit psychosozialen Schwierigkeiten. Sie leben in vier Wohngruppen mit fünf bis acht Plätzen und kehren nach der Primarschulzeit oder nach der Oberstufe in ihre Familien zurück.

Das Pädagogische Zentrum Pestalozzihaus verfügt über 26 Wohnplätze und führt eine lehrplanorientierte Sonderschule für Kinder der Unter- und Mittelstufe. Die Oberstufenschülerinnen und -schüler sowie leistungsfähige Primarschülerinnen und -schüler besuchen die öffentliche Schule in Elsau. Einzelne Jugendliche absolvieren auch ihre Lehrzeit im Pädagogischen Zentrum Pestalozzihaus. Ziel der erzieherischen und schulischen Bemühungen sind gemäss Leitbild eine positive Lebenseinstellung, eine hohe Leistungsbereitschaft und die optimale Förderung der persönlichen Ressourcen. Die Kinder und Jugendlichen sollen die Grundlagen erhalten für ein möglichst eigenständiges und erfülltes Handeln in der Gesellschaft. Der Bauernbetrieb des Pestalozzihauses bietet den Kindern einen unmittelbaren, lebendigen und stets zugänglichen Erfahrungsraum.

**Weitere Informationen:** [www.albertin.ch/phr2](http://www.albertin.ch/phr2)

Wie auch immer die Stunde gestaltet ist – das Kind gewinnt Vertrauen ins Tier und in die eigenen Fähigkeiten: «Es macht die Erfahrung, dass es jemand ist und etwas kann.» Nach der Reitstunde erhält das Pferd als Dank einen Futterwürfel. Nach der Verabschiedung des Kindes reflektiert die Therapeutin den Verlauf der Stunde und macht sich Notizen.

## Frühlings-Trekking

Im Durchschnitt besuchen die Kinder die Reitstunden ungefähr zwei Jahre lang. Die einen machen dann weiter, während andere – vor allem Knaben in der Pubertät – damit aufhören oder in die Voltigiergruppe wechseln.

Ein spezielles Erlebnis wird den Kindern und Jugendlichen jeweils im Frühling geboten: Zehn bis zwölf von

ihnen verlassen mit fünf bis sechs Erwachsenen zusammen das Pestalozzihaus und brechen mit den vier Reittieren zu einem einwöchigen Trekking auf. Täglich wird auf einer Rundreise oder einer Streckenwanderung eine festgelegte Etappe zurückgelegt, wobei die Kinder abwechselungsweise auf einem von einer Betreuerin oder von einem Betreuer geführten Esel oder Pferd reiten dürfen. Drei bis vier Kinder sind gemeinsam mit einer erwachsenen Person während der ganzen Woche für die Betreuung eines der Tiere verantwortlich.

Übernachtet wird in einfachen Unterkünften, meist im Heu oder im Stroh, das Essen bereiten die Trekkerinnen und Trekker selber zu. «Das Trekking ist für die Kinder immer ein gewaltiges Erlebnis, das noch lange Gesprächsstoff liefert.» ■