



5

## Wirkmechanismen und Effekte pferdegestützter Traumatherapie

### FALLBEISPIEL



Tamino kennt und mag Hannah bald, obwohl sie seine Persönlichkeit anfangs kaum wahrnimmt. Sie sieht eher seine Rolle als Pferd und verherrlicht ihn als „besseren Menschen“. Seinem Gemüt entsprechend widerspricht Tamino Hannah kaum und geht auf ihre Wünsche ein. In der Bodenarbeit jedoch spürt man durchaus verdeckten Unmut bei Tamino. Er äußert sich mit engen Nüstern und unruhigem Kopf. Hannah fällt es schwer, einfach mit Tamino zu spazieren, ohne etwas von ihm zu wollen. Tamino seinerseits tut sich dann schwer mit den vielen Befehlen, die auf ihn einwirken. Doch er passt sich an und Hannah entspannt sich zunehmend. Die Interaktion und die Beziehung werden Stück für Stück harmonischer.

Mit der Zeit beginnt Tamino die Beziehung sanft zu testen. Hannah erträgt das bei Tamino viel früher als dies bei einem Menschen der Fall wäre. Es sind kurze, feine und fast unmerkliche Momente, in denen sie vom Boden aus zusammenarbeiten und er aus der Bindung zurückweicht und sich Hannahs Bauchdecke anspannt. Diese feinen Fehlabstimmungen helfen Hannah, ihre Fähigkeiten zu erweitern, sich auf jemanden einzulassen, eine Balance zwischen Geben und Nehmen zu finden. Wenn Hannah auf Taminos Rücken sitzt, verhält sich Tamino aber immer verantwortungsvoll und trägt sie sicher. Hier sind seine Bewegungen und Handlungen vorhersagbar. Er lässt diese großteils von Hannah selbst bewirken.

An dieser Stelle soll diskutiert werden, weshalb es sich lohnen kann, ein Pferd in die traumatherapeutische Arbeit zu integrieren. Viele der Einflüsse eines Pferdes auf den Therapieprozess sind dabei nicht spezifisch für die Arbeit mit traumatisierten Menschen. Sie treten vielmehr in allen therapeutischen Kontexten auf. Auch sind viele der Effekte nicht spezifisch für das Pferd, sondern treten ebenso auf, wenn andere Tiere in den therapeutischen Prozess einzogen werden. Dennoch hat das Pferd gewisse Alleinstellungsmerkmale, die es im therapeutischen Einsatz gegenüber anderen Tieren auszeichnet. Im Folgenden stellen wir in einem ersten Schritt tierart-unspezifische Effekte dar, bevor wir in einem zweiten Schritt auf pferdespezifische Effekte eingehen. So versuchen wir Schritt für Schritt herauszuarbeiten, weshalb gerade Pferde für die Arbeit mit traumatisierten Menschen hilfreich sind.

Die folgenden Ausführungen stellen keine abschließende Aufzählung dar. Sie basieren auf einer Zusammenstellung von in der Literatur beschriebenen Wirkweisen (beispielsweise Kendall et al. 2014) sowie unseren eigenen praktischen Erfahrungen, die wir versucht haben entlang unseres therapeutischen Handelns zu kategorisieren. Der Großteil der beschriebenen Effekte wird durch die Forschung gestützt, aber noch sind viele der Mechanismen nicht wissenschaftlich untersucht.

## 5.1 Tierart-unspezifische Wirkmechanismen

### Notizen aus Hannahs Heft

Tamino, ich finde du bist sooo besonders! Noch nie hat mich jemand ohne Worte verstanden. Die meisten Menschen die ich kenne zwingen mich zum Reden. Es ist nicht so, dass ich nicht reden will aber manchmal geht es einfach nicht. & dann verzweifle ich immer & das einzige was ich will ist zu Schreiben aber, das geht auch nicht. Aber bei dir ist ALLES anders! Ich bin so froh, dass ich dich kennen gelernt hab. Du bist der aller, aller, aller Beste.

Die in Kapitel 4.1 beschriebenen Effekte von Tieren auf Menschen können auch an dieser Stelle wieder als Wirkmechanismen innerhalb des therapeutischen Prozesses verstanden werden. Darüber hinaus sehen wir die folgenden Punkte als wesentliche Wirkmechanismen:

Tiere verändern das *therapeutische Setting*. In der Anwesenheit von Tieren sind oft auch therapiemüde Patienten ansprechbar. Das Tier gestaltet durch seine Anwesenheit den Prozess mit, interagiert mit dem Patienten und wird zum Beziehungspartner. *Beziehung* ist einer der wichtigsten Wirkfaktoren

innerhalb der Psychotherapie (Grawe et al. 1994; Norcross/Lambert 2011; Wampold/Imel 2015). Dass Patienten zusätzlich zur Beziehung zum Therapeuten eine Beziehung zum Tier aufbauen können, ist dementsprechend ein großer Mehrwert.

Durch den Einbezug eines Tieres innerhalb des therapeutischen Settings entsteht ein Beziehungsdreieck. Aus der klassisch therapeutischen Dyade (Patient – Therapeut) wird eine Triade (Patient – Therapeut – Tier). Dieses veränderte Setting führt zu vielen der nachfolgend diskutierten Effekten von tiergestützter Therapie. Begleitet die Bezugsperson (beispielsweise ein Pferdeführer) das Tier während der Therapie, so wird diese Konstellation noch um einen zusätzlichen Akteur zu einem Beziehungs-Viereck erweitert. Dies wird häufig als „Diamant“-Modell bezeichnet (Opgen-Rhein et al. 2011; Wohlfahrt/Mutschler 2016).

Bei der Arbeit in einer Triade *erweitern* sich die *Beziehungsebenen*. Dadurch kann beispielsweise der Patient die Beziehung zwischen Therapeut und Tier beobachten, ohne die Beziehungsangebote des Therapeuten bereits bei sich selbst zulassen zu müssen und kann dadurch am Modell lernen. Für den Therapeuten bietet sich die Chance, in einer Außenperspektive zu sehen, welche Beziehung zwischen Patient und Tier entsteht. Zudem entsteht durch die Anwesenheit eines „Dritten“ ein *gemeinsamer Fokus* von Therapeut und Patient auf dieses „Dritte“. Diese Triangulierung wird häufig sowohl von den Patienten als auch von den Therapeuten als angenehm empfunden und bietet Gesprächsanlässe über nicht-angstbesetzte Themen. Es darf jedoch nicht unterschätzt werden, dass durch die Erweiterung der Beziehungsebenen das therapeutische Setting komplexer und anspruchsvoller wird, da nun ein zusätzlicher Akteur – das Tier – das Geschehen beeinflusst und mitgestaltet.

Tiere fungieren als „*Eisbrecher*“ oder *sozialer Katalysator* und bauen eine Brücke zwischen Therapeut und Patient (Corson/Corson 1981; McNicholas/Collis 2000). Häufig haben Menschen eine hohe und *intrinsische Motivation* sich mit Tieren zu beschäftigen und mit ihnen in Beziehung zu treten (Olbrich 2009; Wohlfarth et al. 2013). Gerade Patienten mit einer interpersonellen Traumafolgestörung können mit ihrer Rolle als „*hilfesuchender Patient*“ Mühe haben. Es kommt vor, dass sie fortwährend ihre Therapeuten testen, gegen ihr Vorgehen rebellieren oder sich widerspruchslos in ein Störungsbild fügen, unfähig, etwas daran zu ändern. Tiere haben in solchen Fällen häufig intuitiv einen besonderen Charme und lockern mit ihrem spontanen Verhalten selbst starre Denk- und Handlungsmuster spielerisch auf. Auch hinderliche Beziehungsstrukturen werden durch die Anwesenheit eines Tieres aufgeweicht. Tiere beschämen viel weniger als Menschen. Sie