

## Warum Pferde beim Lernen helfen – ein **ABC** von Gründen für den Einsatz von Pferden im ergotherapeutischen Kontext:

### A Aufmerksamkeit, Achtsamkeit, Ausgeglichenheit

Durch den hohen Aufforderungscharakter des Pferdes fällt es leichter seine Aufmerksamkeit zu fokussieren. Ganz von selbst stellt sich eine höhere Achtsamkeit für sich selbst und das Geschehen ein. Außerdem kommt es zu einem Ausgleich von innerem und äußerem Erleben.

### B Bewegung, Balance

Bewegung ist ein unumstößlicher Indikator für das Leben selbst. Wir werden mit einer Bewegungsfreude geboren, die uns überhaupt erst ermöglicht unsere Umwelt kennen zu lernen. Sie ist grundlegend für jede Art der Kommunikation. Sich vom Pferd bewegen zu lassen oder das Pferd selbst in Bewegung setzen zu können sind also elementare Bausteine der ergotherapeutischen Arbeit mit dem Medium Pferd. Auf dem Pferd zu sitzen und sich in verschiedenen Gangarten und Geschwindigkeiten auf dem Pferd zu halten ist ein Balanceakt. Die Förderung des Gleichgewichts kann beim Laufen über verschiedene Untergründe im Stallsetting, beim Ablaufen eines Parkours oder beim Reiten integriert werden. Mit Hilfe des Pferdes kann auch zu innerer Balance und Stärke gefunden werden.

### C Coaching

Durch die unmittelbare Reaktion des Pferdes auf das eigene Verhalten und das Spiegeln der eigenen Emotionen wird das Pferd zum Coach und Trainer, um eigenes Verhalten zu reflektieren und anzupassen.

### D Dreidimensionalität, Durchsetzungsvermögen

Die dreidimensionalen Schwingungen, die beim Reiten auf den Körper übertragen werden fördern die neuronale Verknüpfung von linker und rechter Gehirnhälfte.

Um dem Pferd kommunizieren zu können, was ich von ihm möchte, braucht es einen festen eigenen Standpunkt und Durchsetzungsvermögen.

### E Erlebnis, Erfolg

Positive Erlebnisse helfen neu Gelerntes schneller im Langzeitgedächtnis zu verankern. Das Ergebnis ist dann ein sich einstellender Erfolg, der nachhaltig wirkt.

### F Feinmotorik

Im Umgang mit Pferden gibt es viele feinmotorische Herausforderungen: Verschiedene Verschlüsse an Halftern und Gurten, Knoten binden, der Umgang mit den Putzutensilien, das Verlesen des Schweifes, Zöpfe einflechten, Spiele mit Bällen und Wäscheklammern.

## G Gedächtnis, Grundformen

Unter Gedächtnisleistungen versteht man die Fähigkeit des Gehirns Informationen aufzunehmen, abzuspeichern und zu einem späteren Zeitpunkt wieder abrufen zu können. Wenn mit Spaß und Motivation gelernt wird, prägen sich die Informationen viel besser ein.

Mit den Materialien und Übungen werden spielerisch die Grundformen Kreis, Viereck und Dreieck beübt.

## H Handlungsplanung

Was möchte ich tun? Was brauche ich dafür? Wie möchte ich das tun? Welche Reihenfolge von Handlungsschritten ist sinnvoll?

Beim Putzen des Pferdes gibt es eine immer wiederkehrende Reihenfolge und bestimmte Utensilien, die zur Durchführung bestimmter Schritte notwendig sind. Die Abläufe können auf ein Minimum mit nur einer Bürste heruntergebrochen werden oder anspruchsvoll gestaltet werden.

## I Integration, Interaktion

Die sensorische Integration ist das Zusammenwirken der eintreffenden Sinneseindrücke und deren Wahrnehmung und Deutung im zentralen Nervensystem. Das Pferd spricht uns mit allen Sinnen an und ist somit der perfekte Co-Therapeut für eine sensorische Integrationstherapie.

Pferde sind soziale Wesen, die in ihrer Herde wie eine Familie interagieren. Über die Beobachtung des Sozialverhaltens der Pferde können Reflektionen zu eigenen Interaktionsmodellen angestoßen werden.

## J Ja sagen

Ja sagen zu einem Konzept, das weggeht von Schreibtisch und PC und hin zu einem Selbsterleben in einer natürlichen Umgebung

## K Körperschema, Konzentration, Kommunikation

Das Körperschema ist die Vorstellung vom eigenen Körper. Quasi eine Landkarte von sich selbst. Sich mit dem Pferd zu vergleichen, festzustellen wo Gemeinsamkeiten und Unterschiede sind hilft eine Idee dazu zu entwickeln.

Konzentration lässt sich trainieren wie ein Muskel. Voraussetzung ist, dass ich meine Aufmerksamkeit steuern kann. Pferde geben augenblicklich eine Rückmeldung, wenn ich meine Aufmerksamkeit abschweifen lasse. Konzentrieren muss ich bei Aufgaben für die meine routinierten Strategien nicht ausreichen. Das Pferd gibt ständig neue Aufgaben, die vor mentale Herausforderungen stellen.

Wir kommunizieren viel mehr über unseren Körper als über unsere verbale Sprache. Pferde sind Weltmeister nonverbaler Kommunikation. Wir können von ihnen viel über uns lernen. Der Einsatz der Körpersprache erfordert ein hohes Maß an Selbst- und Fremdwahrnehmung.

### L Lerntechniken

Der Erwerb von Lerntechniken und -strategien macht mit dem Partner Pferd einfach viel mehr Spaß als am Schreibtisch.

### M Mentale Stärke

Mentale Stärke ist das Wissen darum, dass auch schwierige Situationen bewältigt werden können. Wie viel Mut muss ich dem Pferd geben, damit es sich traut durch eine tiefe Pfütze zu gehen oder durch den Flattervorhang zu laufen? Was hat das mit mir zu tun? Positive Selbstinstruktionen können gut einstudiert werden, wenn ich sie zuerst für jemand anderen finden muss.

### N Neugierde, neuronale Verknüpfung

Die natürliche Neugier wiederbeleben und so die Wissbegierde und schließlich den Spaß am Lernen wecken, das ist in einer spannenden Umgebung viel leichter als im Raum.

Je öfter wir eine bestimmte Lernerfahrung machen, desto stabiler ist die neuronale Verbindung und je mehr Eingangskanäle an einer Lernerfahrung beteiligt sind, desto besser wird diese abgespeichert. Es ist also wichtig, dass Lernerfahrungen positiv besetzt und über möglichst viele Sinne erfasst werden.

### O Organisation

Die pferdegestützten Interventionen sind gut organisiert und strukturiert. Es gibt für verschiedene Bedürfnisse unterschiedliche Angebote. Gruppentherapie oder Einzelsetting, Eltern-Kind-Angebote, pädagogisch-therapeutische Angebote für Vorschüler oder Schüler mit Legasthenie oder Dyskalkulie oder Sozialkompetenz-Training.

### P Partnerschaft

Das Pferd nimmt jeden Menschen an, wie er ist, ohne zu werten. Es bietet Beziehungserfahrungen und das Erleben von Gemeinschaft.

### Q Qualifikation

Die Therapiebegleitpferde sind für ihre Arbeit qualifiziert durch ihren Grundcharakter, eine fundierte Ausbildung und langjährige Erfahrung als verlässliche Co-Therapeuten.

### R Raumwahrnehmung, Respekt

Die Raumwahrnehmung vermittelt uns nicht nur wie wir im Raum stehen oder uns bewegen, wie Zeit und Raum zueinanderstehen oder Abstände und Geschwindigkeiten einzuordnen sind, sondern letztendlich auch wie Buchstaben und Zahlen zu Papier gebracht werden können. Vor allem für das Zahlenverständnis ist eine gute Raumwahrnehmung förderlich, da auch der Zahlenraum ein Raum ist, indem wir uns rechnend vorwärts und rückwärts bewegen.

Respekt ist eine auf Anerkennung beruhende Achtung seines Gegenübers. Es bedeutet also sein Gegenüber anzuerkennen, als der, der er ist und ihn als Individuum zu achten. Kinder

werden oft dadurch im Verhalten auffällig, dass sie sich Erwachsenen gegenüber respektlos zeigen. Dazu ein Zitat: „The Kids who need the most love, will ask for it in the most unloving ways.“

### S Selbstvertrauen, Sensorik, Sprache

Pferde helfen, sich selbst etwas zuzutrauen, Vertrauen zu schenken und sich Selbstvertrauen zu erlauben.

Sensorik ist die Aufnahme von Reizen über unsere Sinnesorgane. Pferde geben uns Reize über viele Kanäle: Geruch, Gleichgewicht, Sehen, Hören und Fühlen.

Das schreitende Pferd gibt einen Rhythmus vor, der von außen beobachtet und gehört werden kann und der beim Reiten über den gesamten Körper aufgenommen wird. Dies ist der Sprachförderung dienlich und hilft bei der Ausbildung von Grundfähigkeiten wie der phonologischen Bewusstheit (Fähigkeit, in der gesprochenen Sprache eine Lautstruktur zu erkennen)

### T Tragen lassen, Tonus

Sich tragen zu lassen bedeutet, sich jemand anderem anzuvertrauen, eigene Verantwortung abzugeben. Wenn dies gelingt kann es zu einer wirksamen körperlichen und geistigen Entspannung führen.

Der Tonus ist unsere Körperspannung. Wenn wir uns im Schritt tragen lassen wirkt dies entspannend auf die Muskulatur, der Tonus wird also herunter reguliert. Im Trab, beim aufrechten Sitz, benötigen wir eine hohe Körperspannung, der Tonus wird also gesteigert.

### U Umweltbewusstsein, Umgangsformen

Sich selbst in der Natur, bei Wind und Wetter wahrzunehmen, schafft Bewusstsein für seine Umwelt. Das Thema Tier-, Natur- und Umweltschutz liegt nah.

Am Pferd ist es wichtig sich an Regeln zu halten. Das Setting ist also ideal zur Erprobung von höflichen, respektvollen Umgangsformen.

### V Vertrauen, Verhalten, Verantwortung

Das Wort Vertrauen kam jetzt schon mehrmals vor: Selbstvertrauen, sich etwas zutrauen, Vertrauen schenken. Eine andere Beschreibung wäre Sicherheit zu erfahren und die Erfahrung zu machen selbst Sicherheit geben zu können.

Das eigene Verhalten zu regulieren, sich anzupassen und rücksichtsvoll zu agieren oder eben sich selbst innerlich aufzubauen, um nach außen Stärke demonstrieren zu können. Auch hier kann das Pferd Grenzen aufzeigen, bremsend wirken oder ermutigen über sich hinaus zu wachsen.

Verantwortung für sich selbst und ein anderes Lebewesen zu übernehmen sind elementare Erfahrungen in der kindlichen Entwicklung.

### W Wissen, Wahrnehmung, Wertschätzung

Die Wissensvermittlung, ein unbekanntes Themengebiet für sich zu entdecken, Ressourcen neu zu entwickeln und zu stärken, sind nachhaltige Ergebnisse.

Das Wahrnehmen über alle Sinneskanäle hat schon Erwähnung gefunden. Die individuelle Wahrnehmung sorgt für ein subjektiv passenden Gesamteindruck, auf den wir dann unser Verhalten und Handeln abstimmen.

Die Wertschätzung anderer, andere zu loben und sich selbst zu schätzen, eigene Erfolge anzuerkennen, sich selbst zu loben sind 2 wichtige Faktoren für Selbstzufriedenheit.

### X X-treme

Ergotherapie mit dem Medium Pferd ist Ergotherapie X-treme! Erfolge stellen sich oft schneller und nachhaltiger ein.

### Y Ying&Yang

Das Medium Pferd hilft Körper und Geist in Einklang zu bringen. Es schlägt eine Brücke zurück zur Natur und gibt einen Ausgleich zu der Hektik unseres technischen Alltags.

### Z Zufriedenheit

Frische Luft, Bewegung und Beziehung sind der Schlüssel zu mehr Zufriedenheit und Lebensqualität.