

Epistemisches Vertrauen in der Mensch -Tier - Mensch Relation – Schwerpunkt pferdegestützte Psychotherapie

Epistemic trust in human - animal - human relationship with focus on horse-assisted Psychotherapy

Eva G. Sindelar

Kurzzusammenfassung

Ganz allgemein gesehen, wird Vertrauen im Sprachgebrauch als die Basis des tiefergehenden menschlichen Miteinanders bezeichnet. In der Psychotherapie zeigt das Vertrauen der Klientinnen und Klienten, welches sie den Therapeutinnen und Therapeuten entgegenbringen, wie tragfähig die therapeutische Beziehung ist – dazu gehört auch, dass sich beide verstehen, und zwar im Sinne dessen, was als „Mentalisieren“ in den psychotherapeutischen Diskurs Eingang gefunden hat. In der Mensch-Pferd-Beziehung ist Vertrauen ebenfalls ein Wort, das in einschlägiger Fach- und Trivilliteratur sowie Filmdokumentationen immer wieder Erwähnung findet. Der Beitrag beschäftigt sich mit der Bedeutung des Epistemischen Vertrauens als Basis für psychische Stabilität. Konnte dieses „Ur“-Vertrauen in der Kindheit nicht entwickelt werden, so stellt sich die Frage, ob mithilfe pferdegestützter Psychotherapie der Aufbau von Epistemischem Vertrauen „nachreifen“ kann.

Schlüsselwörter

Vertrauen, Epistemisches Vertrauen, Mentalisieren, pferdegestützte (Psycho-) Therapie

Abstract

In everyday language, trust refers to the deepened human togetherness. In psychotherapy, the trust of clients in therapists shows how sustainable the therapeutic relationship is – including that their mutual understanding equals to the psychotherapeutic concept of “mentalisation”. In the relationship between horse and human, trust is also a word that is repeatedly mentioned in relevant technical and trivial literature and film documentaries. This article deals with the importance of epistemic trust as a basis for mental stability. If this “primal” trust could not be developed in childhood, the question arises whether horse-supported psychotherapy can “ripen” the building of epistemic trust.

Keywords

trust, epistemic trust, mentalisation, horse-assisted (psycho-) therapy

Einleitung

Equotherapie hilft - das ist eine Feststellung, die viele Patientinnen und Patienten, die einen langen Leidensweg hinter sich haben und durch das Miteinander von Therapeutinnen und Pferden endlich Hilfe erfahren durften, sofort unterschreiben würden. Könnte das implizite Wissen allein genügen, um Menschen und Pferde zusammenzubringen und Nutzen für die psychische Gesundheit daraus erzielen zu können, bräuhete es keine wissenschaftlichen Arbeiten. Der Arzt und Autor Arthur Schnitzler (1981 [1924], S.342) hat 1924 die Frage gestellt, was gewonnen und was dadurch „vertan“ wurde, dass die Psychoanalyse „in ein System gebracht“ und „Mode“ wurde, denn „N[n]icht die Psychoanalyse ist neu, sondern Freud. Sowie nicht Amerika neu war, sondern Columbus“. Er sah eine Fehlerquelle der psychoanalytischen Therapie darin, „daß der Arzt [...] derjenigen Person, die Heilung sucht [...], vertrauen, ja geradezu aufs Wort glauben muss“ (Schnitzler, 1981 [1924], S.343). Ein interessanter Standpunkt, setzt er doch implizit so etwas wie ein autoritäres Gefälle voraus und dass Patienten dieses mit Erzählungen aus vermeintlich Unbewusstem aufheben wollten. Es ist den Wissenschaftlern seit Schnitzler gelungen, die Biologie des Menschen generell und die Psyche im Speziellen immer tiefer zu durchleuchten und somit ist dieser Standpunkt heutzutage eher fremd. Die Aufgabe der Forschung war und ist es z. B. Beziehungsprozesse und die damit verbundenen „Verstehensleistungen“ in Psychotherapien zu dokumentieren und auch zu publizieren (Datler, 2000, S.74). Und wie Kurt Kotrschal (2009) formuliert, erlaubt erst eine angemessene Theoriebasis, „sinnvolle Forschungsfragen zu stellen“; er sieht „Grundlagenforschung und praxisrelevante Objektivierungen“ als Bestandteile der „Anerkennung des Gebiets durch die gesellschaftlichen Institutionen sowie für den Transport der relevanten Botschaften durch die Medien“ (Kotrschal, 2009, S.55). Die Anerkennung der eigenen wissenschaftlichen Community ist von großer Bedeutung, aber das Weitertragen der Quintessenzen durch gedruckte und virtuelle Medien unbedingt nötig, um eventuell weitere Institutionen und auch Förderer für Unterstützung aufmerksam zu machen, damit nicht Stillstand entsteht. Denn – so sagt Philipp Rosenthal (2001, S.122): „Wer aufhört besser zu werden, hat aufgehört, gut zu sein“. Und nicht zuletzt ist das genaue Ergründen der Wirksamkeit ein wichtiger Beitrag dazu, ob Krankenversicherungen in Zukunft die Finanzierung von tiergestützten Therapien übernehmen würden. Seit der Wirksamkeitsforschung von Klaus Grawe lassen sich schulenübergreifend fünf allgemeine Wirkfaktoren der Psychotherapie (Pencik, 2016) nachweisen – an deren erster Stelle stets die Qualität der therapeutischen Beziehung steht. „A positive (working, Anm.) alliance from the client’s perspective states one of the most powerful predictors of therapeutic outcome“ (Braakmann, 2015, S. 58). Manchmal ist der Beziehungsaufbau von Mensch zu Mensch aber nur über einen „Katalysator“ möglich.

1 Einführung

In Österreich, dem Land, in dem die Lipizzaner zur kulturellen Identität gehören, befasst man sich seit einigen Jahren intensiv mit dem Thema „pferdegestützte (Psycho-) Therapie“ und so entstanden z.B. im Jahr 2011 an der Universität Wien drei Diplomarbeiten, die jede das Thema „Equotherapie®“ aus

einem speziellen Blickwinkel betrachten. Diese Arbeiten wurden im Zuge des Forschungsprojekts „Freie Interaktion mit dem Pferd“ möglich, das vom Verein e.motion initiiert wurde. Der private, gemeinnützige Verein e.motion bietet an seinen Standorten Otto Wagner Spital (OWS) in Wien und dem Lichtblickhof in Niederösterreich traumatisierten Kindern und Jugendlichen Equotherapie an. Equotherapie®, die (Psycho-) Therapie mit Unterstützung von Pferden, beruht einerseits auf der besonderen Begabung und andererseits auf einer mehrjährigen Ausbildung dieser Tiere, nonverbale Körperimpulse zu erkennen und diese den Therapeuten und Therapeutinnen zu signalisieren (e.motion). Das Projekt zur „Erhebung nonverbaler Kommunikationsmuster zwischen Pferd und Mensch mittels Videoanalyse“ fand auf universitärer Seite unter der Leitung von Thomas Stephenson, der auch die Diplomarbeiten betreute, und der Geschäftsführerin des Vereins e.motion, Roswitha Zink, statt.

Von den drei Forscherinnen hat Sophie Fischer „Psychodynamisch orientierte Diagnostik in der Equotherapie®“ als Titel ihrer Arbeit gewählt, Karin Poinstingl „Die freie körpersprachliche Interaktion mit dem Pferd als Szene“ und Ursula-Dorothea Gansterer nahm „Equotherapie® und Mentalisierung – Analogien frühkindlicher und equotherapeutischer nonverbaler Interaktionsprozesse“ in den Focus ihrer Untersuchungen. In jüngerer Vergangenheit wurde im November 2017 anlässlich eines Forschungstages von e.motion das Fachbuch „Pferdegestützte Traumatherapie“ von Karin Hediger und Roswitha Zink (2017) vorgestellt und aktuell verfasste Anna Naber ihre Masterarbeit an der Fakultät für Psychologie der Universität Wien unter Betreuung von Germain Weber. Das Thema „Sie spüren deinen Herzschlag! – Die Herzfrequenz, Herzratenvariabilität und Cortisolausschüttung als Indikatoren der Synchronisation in pferdegestützter Therapie bei Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung“ entstand nach einem Forschungsprojekt von e.motion am OWS in Wien im Februar 2018 (Naber, 2018).

2 Kurze Einführung in die Neuropsychologie und Entwicklung

Wird ein Fohlen, ein sogenannter „Nestflüchter“, geboren, so sind einerseits spezifische neuronale Verschaltungsmuster bereits vorgeburtlich im sensomotorischen Kortex des Gehirns ausgeformt worden, „die für die Steuerung der jeweiligen Bewegungsmuster beim Aufstehen, beim Säugen und beim Umherspringen zuständig sind“ (Hüther, 2018, S.108). Aktiviert wird es durch ein im Mittelhirn lokalisiertes, ebenfalls schon vorgeburtlich entstandenes neuronales Netzwerk, das spezifische Verhaltensmuster in Gang bringt und Motivationssystem genannt wird – und das durch das subjektive Bedürfnis selbst aufzustehen, zu trinken etc. angeregt wird. Über dieses Aktivierungs- oder Motivationssystem verfügen alle Säugetiere, auch der Mensch, ein Leben lang (Guttman, 1982). Allerdings gibt es beim „Nesthocker“ Mensch laut Gerald Hüther (2018) bei der Geburt „noch keine neuronalen Verschaltungsmuster, die schon so weit ausgereift sind, dass durch ein subjektives Empfinden und das daraus erwachsende Bedürfnis eine typisch menschliche Verhaltensweise in Gang gesetzt werden kann“ (S.109). Wir brauchen Erfahrungen mit anderen Menschen – einerseits als Vorbilder, die man nachahmen kann, und andererseits als Begleiter beim Lernen durch Versuch und Irrtum; erst diese Erfahrungen werden im neuronalen Netzwerk fest verankert. Donald W. Winnicott (2006 [1974]) spricht im Zusammenhang der Einheit des Säuglings mit der „Mutterpflege“ sogar von

„Abhängigkeit“ – den „Säugling an sich gibt es nicht“ (S.50). Je nachdem welcher Art die Qualität dieser Beziehungserfahrungen ist, stellt das die motivationale Grundlage der Beziehungsgestaltung im Individuum dar (Winnicott, 2006 [1974], S.110). Vorhersehbarkeit und Berechenbarkeit der Reaktionen anderer sieht z.B. Joachim Bauer (2009, S.112) als „Grundlage dessen, was wir Vertrauen nennen“. Indem Kinder lernen, die Stimmung des sozialen Gegenübers zu erfassen und die Gedanken zu lesen, „erhält dessen Verhalten für sie Bedeutung und wird vorhersagbar“ (Fonagy, Gergely, Jurist, & Target, 2004). Die Vernetzungsmuster im Gehirn und das Empfinden für das, was man sein könnte oder möchte, bleiben, wenn auch gehemmt, erhalten und so wird es möglich, durch spätere positive Beziehungserfahrungen diese Vernetzungsmuster wieder zu aktivieren. Daher halte ich den Gedanken von Gerald Hüther (2018, S.124), „[D]ass diese Kinder und Jugendlichen später noch einmal jemandem begegnen, der sie in ihrer Subjekthaftigkeit vorbehaltlos annimmt, und ihnen damit die Erfahrung ermöglicht, ihre eigene Würde wiederzuentdecken, ist zu jedem Zeitpunkt möglich“, für eine der Schlüsselstellen meiner Überlegungen.

2.1 Spiegelneurone

Spiegelneurone wurden zu Beginn der 1990er Jahre von Rizzolati (Rizzolati & Sinigaglia, 2008) und Mitarbeitern entdeckt – sie gestatten dem Gehirn, „die beobachteten Bewegungen mit unseren eigenen in Beziehung zu setzen und dadurch deren Bedeutung zu erkennen“ (ebd., S.14). Das Zusammenspiel von „Mirror-Neurons“ und motorischem System ermöglicht es also, beobachtete Handlungen ohne kognitiven Prozess direkt aus der Erfahrung erkennen zu können. Bauer (2009, S.113) sieht das System der Spiegelneurone als „soziales Orientierungssystem“ – deren Signalarate in Stresssituationen allerdings massiv reduziert wird. Im Zustand von Angst, Anspannung etc. sinkt somit die Bereitschaft, andere zu verstehen oder Feinheiten der non-verbale Kommunikation wahrzunehmen. Generell nimmt dann auch die Fähigkeit zu lernen ab. Bauer sieht die „Hemmung des Spiegelsystems durch Stress“ als Vorbeugung vor Irrationalität – intuitive Reaktionen würden bei Angst und Panik die Lage meist verschlimmern (Bauer, 2009, S.35).

Tiergestützte Therapie stellt eine große Chance dar, als der schon angesprochene „Katalysator“ im Beziehungsaufbau fungieren zu können, denn das Interesse an der Natur, an allem Lebendigen scheint dem Menschen angeboren zu sein.

2.2 Biophilie

Der Begriff wurde ursprünglich von Erich Fromm (Fromm, 2003 [1997], S.411) geprägt als „leidenschaftliche Liebe zum Leben und allem Lebendigen“. Sie ist als „biologisch normaler Impuls“ zu verstehen und als Wunsch, jedwedes Wachstum zu fördern (ebd.). Edward O. Wilson (Wilson, 2003 [1984]) sieht Biophilie als die Essenz der Menschlichkeit und unsere Verbindung mit und zu aller lebenden Spezies als wichtigen Faktor für den Erhalt der Gesundheit. Für Erhard Olbrich bedeutet Biophilie die Affinität zu anderem Leben und wurde aus der Evolution gebildet, da der Mensch zu 99% mit anderen Lebewesen zusammengelebt hat (Olbrich, 2009, S.153). Kotschal sieht die Biophilie-Hypothese auf den Menschen bezogen entwickelt, sie soll erklären, weshalb der Mensch sich über Artgrenzen hinweg für andere Lebewesen interessiert (Kotschal, 2009, S.153). In diesem

Zusammenhang wird immer wieder auch Albert Schweitzer (Schweitzer, 2003[1963]) zitiert, der eine Ethik der Ehrfurcht vor dem Leben sieht, durch die der Mensch in ein geistiges Verhältnis zum Leben gelangt: „Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will“ (S.111). Hier steht also nicht der alttestamentarische Gedanke des „Macht Euch die Erde untertan“ im Vordergrund, sondern „Gleichheit und Brüderlichkeit“ mit allem Lebendigen. Dieser Gedanke findet sich ähnlich in der Du-Evidenz.

2.3 Du-Evidenz

Mit dem Begriff der „Du-Evidenz“ wird jenes Phänomen bezeichnet, welches zwischen Menschen und höher entwickelten Tieren ähnliche Beziehungen entstehen lässt, die denen der Menschen untereinander oder auch der Tiere untereinander gleichen. Der „tierische“ Partner wird als „Du“, als gleichwertig gesehen und respektiert; hier ist lediglich die subjektive Gewissheit des Menschen, dass es sich um eine Partnerschaft handelt von Bedeutung (Greiffenhagen & Buck-Werner, 2007, S.10).

3 Bindungstheorie

Wenn – wie erwähnt – Vertrauen zur Basis des zwischenmenschlichen „Miteinanderseins“ gehört – woher kommt dieses Vertrauen? Man bekommt es nicht mit der Geburt mit, sondern muss es sich mit den engsten Bezugspersonen langsam „erüben“. Hier wenden wir uns der Bindungstheorie von John Bowlby, dem Pionier der Bindungsforschung zu, der gemeinsam mit James Robertson und Mary Ainsworth in den 1950er Jahren an der Tavistock Clinic in London Untersuchungen zum Thema Deprivation, frühe Bindung und deren Auswirkung auf die kindliche Entwicklung durchführte (Ainsworth & Bowlby, 2009).

Entgegen landläufigen Meinungen ist der Begriff „sichere Bindung“ des Säuglings an seine Bezugspersonen nicht einfach ein Äquivalent zu „guter Beziehung“, wiewohl er das optimale Vermitteln und Aufrechterhalten emotionaler Sicherheit der Bindungsperson zum Kind beschreibt. Bowlby und später Mary Ainsworth (Ainsworth & Bowlby, 2009) haben beobachtet, dass es Säuglingen angeboren zu sein scheint, ständig die Nähe ihnen sehr vertrauter Personen zu suchen. Auf Grund der Wiederholungen von sozialen Interaktionen wie Fütterung, Pflege und Spiel bilden Säuglinge Präferenzen für diese Bindungspersonen aus und es entwickelt sich ein spezifisches Bindungsverhalten, das besonders in Stresssituationen, wie Krankheit, Unsicherheit oder dem Gefühl von Einsamkeit aktiviert wird. Vor allem bei tatsächlicher oder „drohender“ Trennung versuchen Säuglinge durch Bindungsverhaltensmuster wie Weinen, Nachfolgen, Anklammern etc. die Nähe zu den engsten Bezugspersonen wiederherzustellen (Endres, 2001; Ahnert, 2014). Winnicott (2006 [1965], S.74) sieht den Säugling in diesem Stadium nicht als eine Person, „die hungrig wird, und deren Triebe befriedigt oder frustriert werden können, sondern als ein unreifes Wesen, das ständig am Rand unvorstellbarer Angst steht“. Diese Angst kann nur durch die ausreichend gute Bemutterung weitestgehend vom Baby ferngehalten werden und hier scheint promptes Reagieren der Mutter/Bindungsperson auf das Weinen des Kindes wichtiger zu sein als die Art der Intervention (Grossmann & Grossmann, 2009). Im Sinne der Untersuchungen von Antony Bateman zur

intragenerationalen Weitergabe von Bindungsmustern (Schultz-Venrath, 2013) konnte bestätigt werden, dass das Pflegeverhalten der Bindungsperson in engem Zusammenhang mit deren eigenen Bindungsrepräsentationen steht (Schöberl, Kotrschal, & Beetz, 2013).

Bowlby (2001 [1953], S.11) hat als Voraussetzung für spätere seelische Gesundheit die Erfahrung einer „warmherzigen, intimen und stetigen Beziehung zur Mutter“ gesehen. Eine ausreichend gute „Bemutterung“, die Mutter und Kind als befriedigend und genussvoll erleben, kann natürlich auch durch eine „gleichbleibende Mutter-Ersatzperson“ geschehen – die Beziehung zum Vater und zu Geschwistern stellte für Bowlby eine Erweiterung dieses Systems dar (ebd.). Unter „Mutterentbehmung“ hat er z.B. auch den Umstand gesehen, wenn Mutter und Säugling wohl in gemeinsamem Haushalt leben, die Mutter jedoch aus verschiedenen Gründen nicht in der Lage ist, dem kleinen Kind eine liebevolle Zuwendung zu geben. Die Qualität der Bindungsbeziehung hat gleichzeitig auch Auswirkungen auf das Explorationsverhalten des Kindes – das Gefühl emotionaler Sicherheit und Schutz durch die engen Bindungspersonen dient als Ausgangsbasis zur Erkundung einer neuen Umgebung und somit dient die sichere Bindung aus evolutionsbiologischer Sicht besseren Überlebenschancen (Ahnert, 2014). Die Bindungsbeziehung ist als dynamischer Prozess ständigen Veränderungen unterworfen - ausgehend von den gemeinsamen Interaktionen von Mutter und Kind ab Geburt, die sich im Sinne mentaler Repräsentationen bei beiden manifestieren, bieten sich mit der Entwicklung und dadurch ständigen Erweiterung der Kompetenzen des Kindes in einer Art Rückkoppelung zur Bindungsperson Veränderungen dieser Dynamik an (Ahnert, 2014).

Alle diese Erkenntnisse bedeuten nicht, dass Mütter und Väter nur dann gute Eltern sind, wenn sie ständig wie Helikopter um ihre Kinder kreisen – im Gegenteil. Ein wichtiger Aspekt ist das Lernen, sich auch allein beschäftigen zu können.

Winnicott (2006 [1974], S.36) geht nämlich von der Annahme aus, dass die „Fähigkeit zum Alleinsein eins der wichtigsten Zeichen der Reife in der emotionalen Entwicklung ist“. Dieses Alleinsein in Anwesenheit von jemandem, der dem Kind dadurch emotionale Sicherheit gibt, nennt er auch Ich-Bezogenheit (Winnicott, 2006 [1974], S.38). Nur wenn der Säugling allein sein kann - in Gegenwart von anderen – kann er Entspannung lernen, denn dann ist er kein ständig „Reagierender“. Das anfängliche Umsorgen weicht so langsam einer Ablösung von der „Abhängigkeit“ – wenn „Ich bin allein“ aushaltbar geworden ist, bedeutet es nach Winnicott deshalb emotionales Wachstum, weil nun eine innere Welt möglich geworden ist (Winnicott, 2006 [1974], S.41). Winnicott hat auch den Begriff des „Übergangsobjektes“ beschrieben – ein materielles Objekt als »Nicht-Ich«-Besitz (Winnicott, 2010 [1971], S.10) wird zu einer Art Mutterersatz „imaginiert“, womit die Abwesenheit der Mutter eher aushaltbar wird. Schon 1926 ist Alfred Adler (2009 [1926], S.120), Begründer der Individualpsychologie, in seiner Schrift „Schwer erziehbare Kinder“ auf die besondere Bedeutung der Beziehung zwischen Mutter und Kind eingegangen. Er sieht es als ihre „hohe Aufgabe“, dem Kind „Mitmensch, ein Nebenmensch zu werden, auf den sich das Kind verlassen kann und dem es trauen darf“.

4 *Epistemisches Vertrauen*

Für Taubner & Volkert (2017, S.17) bedeutet Epistemisches Vertrauen „die unbewusste Bereitschaft oder Fähigkeit eines Individuums, von einer anderen Person gesendete Signale und Informationen als vertrauenswürdig, generalisierbar und relevant für sich selbst einzuschätzen“. Ähnlich Sperber et al. (2010), die unter Epistemischem Vertrauen das grundlegende Vertrauen eines Kindes in eine Bezugsperson als sichere Informationsquelle verstehen. Es ist als Voraussetzung für soziales Lernen zu sehen, das dann entstehen kann, wenn ein Kind die Erfahrung macht, dass die Bezugsperson zu mentalisieren versucht – das heißt, „die Welt mit den Augen des Kindes zu sehen“ (Kirsch, 2015, S. 26). Sperber und Kirsch berufen sich damit auf eine Studie von Kathleen H. Corriveau (2009), in der ausgehend zur „sicheren Bindung“ im Kleinkindalter auch das Vertrauen der Kinder in ihre Bezugsperson als Auskunft- und Wissensquelle untersucht wurde. Um implizites Vorwissen diesbezüglich möglichst ausschließen zu können, wurden Vorschulkindern Bilder von Fantasietieren präsentiert, Hybriden aus zum Beispiel je 50 % Pferd und Kuh, Schwein und Bär oder eine Kombination von 75% Vogel mit 25% Fisch, Hase oder Eichhörnchen. In diesem Untersuchungsdesign benennen sowohl die Mutter als auch eine fremde Person die Bilder - unterschiedlich. Sicher gebundene Kinder präferieren zwar die Meinung der Mutter, trauen aber auch der eigenen Wahrnehmung, wenn sie von der Meinung der Mutter abweicht. Kinder mit unsicher vermeidendem Bindungsverhalten vertrauen eher der Meinung der fremden Person, während Kinder mit unsicher ambivalentem Bindungsverhalten eher dem Urteil der Mutter vertrauen, auch wenn das offensichtlich falsch ist. Eine Art angstgesteuerte, intensive Wachsamkeit - „Epistemic hypervigilance“ - zeigt sich bei desorganisiert gebundenen Kindern. Da sie weder sich selbst noch anderen vertrauen können, ist ihr Stress-Arousal besonders hoch und sie manövrieren sich in eine Art sozialer Isolation (Kirsch, 2015, S.29). Fonagy und Allison nannten demnach Mentalisieren den „Superhighway“ zum Aufbau von Epistemischem Vertrauen.

5 *Mentalisieren*

Ursprünglich wurde die sogenannte Mentalisierungsbasierte Therapie (MBT), eine schulenübergreifende Integration verschiedener therapeutischer Ansätze, von Antony Bateman in seiner Tagesklinik in London dazu entwickelt, um die intergenerationale Weitergabe von Bindungsmustern an Kindern zu untersuchen (Schultz-Venrath, 2013). Darüber hinaus gehend versuchten die Psychoanalytiker Peter Fonagy und Mary Target damit an die modernen Entwicklungstheorien und Überlegungen zum „Theory-of-Mind Mechanism“ (ToMM) von Baron Cohen (Baron-Cohen, 1995) anzuknüpfen und diese mit der Bindungstheorie in Verbindung zu bringen (Taubner & Volkert, 2017). Mentalisieren kann sich „nur im Kontext sicherer Bindungsbeziehungen“ optimal entwickeln (Allen, Fonagy, & Bateman, 2016, S.32). Die Autoren weisen auf das Verdienst von Donald Winnicott hin, „die Bedeutung des mütterlichen Spiegels für die Entwicklung eines mentalisierten Selbstgefühls mit unmissverständlicher Klarheit formuliert zu haben“ (S.31). Säuglinge entdecken ihre Selbstwirksamkeit durch Interaktion mit den primären Bezugspersonen und somit auch ihre eigene Psyche in deren Psyche.

Mentalisieren ist generell eine „normale Aktivität“ und dem Menschen als eine Form der Achtsamkeit angeboren, da es „Rücksicht darauf nimmt, was andere denken und fühlen und was man selbst denkt und fühlt“ (ebd., S.392). Durch den Aspekt des auch „in sich selbst einzufühlen“ geht Mentalisieren daher über reine Empathie hinaus (ebd.). Fonagy et al. sehen Mentalisieren daher generell als grundlegenden gemeinsamen Faktor psychotherapeutischer Behandlungen (S.21). Nach Taubner und Volkert (Taubner & Volkert, 2017, S.14) ist die Mentalisierungsfähigkeit eine „Entwicklungserrungenschaft, die aufgrund misslingender früher Interaktionen, traumatischer Erfahrungen generell oder kontextspezifisch eingeschränkt sein kann“. Eine große Zahl an Patienten hat Schwierigkeiten zu mentalisieren – vor allem in „hochemotionalen Bindungsbeziehungen“ (ebd.) – hier besteht die Chance, dass sie langsam über die Zuhilfenahme der Mentalisierungsfähigkeit des Therapeuten lernen können, selbst diese Fähigkeit zu entwickeln oder zu verbessern.

6 *Triangulierung*

Beim Begriff der Triangulierung denkt man meist an das psychoanalytische Konzept der Erweiterung der Mutter-Kind Dyade (Grieser, 2017). Aus heutiger Sicht stellt Triangulierung jedoch so etwas wie ein „psychisches Grundprinzip“ (ebd., S.10) dar, das sich in vielen Bereichen des Lebens auf unterschiedlicher Weise darstellen lässt. Grieser sieht dabei die Regulierung der Beziehung zweier Pole durch einen dritten, „wobei die Triangulierung Öffnung und Entwicklung bedeutet, zugleich aber auch Stabilisierung und Sicherheit“ (ebd.). So kann z.B. etwas „Symbolisches, wie die Sprache“ (ebd., S.11) das Dritte in der Beziehung Eltern-Kind sein oder „Raum“ – entweder ein Raum, in dem tatsächlich die Regulierung von Nähe und Distanz geübt werden kann, oder aber Raum, in dem gedacht und reflektiert werden kann (ebd.). Wird ein Kind geboren, so wird aus der Zweierbeziehung des bisherigen Paares eine Konstellation zu dritt. Zerfällt die Partnerschaft, so bleibt doch eine Triade bestehen – Mutter, Vater und Kind – mit all den Problemen, die Trennungen oft nach sich ziehen. Aber auch ohne Trennung kann die Beziehungserfahrung problematisch sein - bei einer Triangulierungsstörung (Ermann, 2007 [1995]) handelt es sich um einen nicht gelösten Identitäts- oder Loyalitätskonflikt. „Die Hinwendung zum einen Elternteil drohte die Beziehung zum anderen zu zerstören“ (Grieser, 2017, S.81).

6.1 *Triangulierung und Mentalisieren*

Beim Konzept des Mentalisierens könnte z.B. der reflexive Raum als etwas Drittes gesehen werden, das sich öffnet und somit Entwicklung möglich macht. „Trianguläre Kompetenz“ (Grieser, 2017, S.33) umfasst dementsprechend nicht nur die Fähigkeit, in einem Dreieck zu interagieren, sondern darüber hinaus, das eigene Befinden und Verhalten und das der anderen zu mentalisieren, indem man sein eigenes Verhalten wie aus der Position eines Dritten heraus wahrnehmen kann“ (ebd., S.23). Für Jürgen Grieser stellt daher die Psychotherapie eine Art Möglichkeitsraum dar, innerhalb dessen „Erfahrungen der Abwesenheit und des Mangels überwindbar [werden], indem im intersubjektiven Austausch Neues, Drittes generiert wird“ (ebd., S.35).

6.2 Triangulierung in der Equotherapie®

Störungen der Triangulierung der Klientinnen können durch die Kombination Mensch-Pferd-Mensch in der pferdegestützten Therapie ihren Niederschlag und Widerhall finden, als solche erkannt und der Therapie zugänglich gemacht werden. „Im Kontext psychischer und sozialer Phänomene heißt ‚Triangulierung‘, dass das Verhältnis zwischen zwei Elementen durch die Beziehung zu einem dritten reguliert oder definiert wird“ (Grieser, 2017, S.16). Im geschützten Rahmen der Equotherapie® kann das Pferd, ein Tier mit circa 500 Kg, ein idealisiertes Drittes sein, nicht aufgelöste Loyalitätskonflikte haben die Chance, hier bearbeitet werden zu können und die Loslösung der Dyade kann geübt werden. Durch die Triade Patient/Patientin-Therapeut/Therapeutin-Pferd und über den Umweg der Beobachtung der Beziehung, die die Therapeuten zu ihren Pferden haben – sie begegnen ihnen mit Respekt und Achtung und sehen sie als gleichwertige Lebewesen – ergibt sich die Chance, doch näher „in Beziehung“ zu einem Menschen zu treten. Sequenzen der Kind-Pferd-Interaktion verlaufen sehr ähnlich den Strukturen der Mutter-Säuglings-Interaktion, eine Art „limited reparenting“ (Roediger, 2017), ein Begriff aus der Schematherapie, wird möglich.

7 Welche Elemente aus der Bindungstheorie von Bowlby lassen sich mit pferdegestützter Therapie verknüpfen?

Wodurch kann etwas, das in der frühkindlichen Beziehung zu seinen engsten Bezugspersonen erworben worden sein sollte, in späteren Jahren als Jugendliche und noch dazu durch Kontakt mit einem Pferd nachinstalliert werden? Weder Pferde noch Therapeuten oder Therapeutinnen verbreiten von sich aus und auf Grund ihrer bloßen Anwesenheit heilende Wirkung (Gansterer, Fischer, & Poinstingl, 2011).

Ein Focus der Untersuchung von Dorothea Gansterer (2011, S.122) liegt darauf, inwiefern „Teile der frühen nonverbalen Interaktionsmuster zwischen Mutter und Kind in der Interaktion zwischen Pferd und Mensch zu finden sind“. Hier konnte in der ganzheitlichen Betrachtung gezeigt werden, dass die Strukturen der Mutter-Säuglings-Interaktion sehr ähnlich den Sequenzen der Kind-Pferd-Interaktion verlaufen (Gansterer, 2018). Claudia Müller (2016) sieht ebenfalls – ausgehend von der Bindungstheorie – die tiergestützte Therapie als Möglichkeit zur Kompensation negativer Bindungserfahrungen. Die positive Erfahrung mit dem Tier kann auf die soziale Situation mit den therapeutischen oder pädagogischen Fachkräften übertragen werden – durch den Trainingseffekt mit dem Tier kann eine sichere Bindung zu Menschen aufgebaut werden.

7.1 Kommunikation

Wie schon beschrieben, steht die präverbale Verständigung zu Beginn der Interaktion zwischen dem Säugling und den Bezugspersonen. Paul Watzlawik (Watzlawik, Beavin, & Jackson, 2007 [1969], S.53) hat sein berühmt gewordenes Axiom „Man kann nicht nicht kommunizieren“ um den Aspekt des Nonverbalen ergänzt. Die Modulation der Sprache, die Körperhaltung und kontextgebundene Körpersprache werden als Verhalten bezeichnet, das in Situationen mit einem Gegenüber

Mitteilungscharakter hat, selbst wenn man schweigt: „Man kann sich nicht nicht verhalten“ (ebd., S. 51). Oder mit Bauer formuliert: „Tritt ein Mensch in unseren Wahrnehmungshorizont, dann aktiviert er, ohne es zu beabsichtigen und unabhängig davon, ob wir es wollen oder nicht, in uns eine neurobiologische Resonanz“ (Bauer, 2009, S. 85). Es wurde analoge, nonverbale Kommunikation von digitaler, also sprachlicher Kommunikation unterschieden (Watzlawik, Beavin, & Jackson, 2007 [1969], S.63).

Traumatische Erfahrungen machen oft „wortlos“, etwas das den Beziehungsaufbau mit Therapeuten wesentlich erschwert. Der nonverbale Umgang mit dem Pferd, bei dem z. B. bei der Bodenarbeit der ganze Körper eingesetzt werden muss - Hediger und Zink (2017, S.9) nennen es den „Bewegungsdialog“, den die Therapeuten weiter in Sprache übersetzen - ermöglicht auch eine Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper, die weniger bedrohlich erscheint. Nonverbale, analoge Dimensionen stehen also bei pferdegestützter Therapie im Vordergrund, denn das Pferd kann nicht befragt werden, sondern muss vom betreuenden Therapeuten „gelesen“ werden. Das Pferd selbst kann kleinste Änderungen des Muskeltonus von Artgenossen, aber als ständig fluchtbereites Tier auch artenübergreifend Anspannungen erkennen. EquiFACS, eine Art Gesichtskodierungssystem bezüglich der Identifizierung von Veränderungen der mimischen Muskulatur, konnte beim domestizierten Pferd (*Equus caballus*) 17 „Action Units“ definieren; weniger als beim Menschen, aber mehr als bei Schimpansen und Rhesusaffen (je 13), Orang Utans (15) und Hunden (16) (Wathan, Burrows, Waller, & McComb, 2015).

Die Studie von Nakamura et al. (Nakamura, Takimoto-Inose, & Toshigazu, 2018) hatte das Zuordnen menschlicher Stimmen zu Bildern vertrauter oder fremder Personen im Focus: Es konnte gezeigt werden, dass die Pferde nicht nur die emotionalen Zustände an der Mimik sowohl der Betreuer als auch von fremden Personen erkennen konnten – „crossmodal“ mit den Stimmen. Die Reaktionszeit bei den vertrauten Personen war signifikant erhöht.

7.2 Kontaktbereitschaft und Gruppenintegration

Guttmann, Predovic und Zemanek (1983) konnten schon in den 1980er Jahren in ihren Untersuchungen die Bedeutung der Heimtierhaltung in der Kindheit als „Erziehungsfaktor“ für das menschliche Sozialverhalten nachweisen. Kinder, die mit Haustieren aufwachsen, verfügen über eine verfeinerte nonverbale Kommunikationsfähigkeit – hier erweisen sich Mädchen im mimischen Dechiffrieren signifikant begabter als Knaben. Heimtierhalter verfügen durch ihre höhere Kontaktbereitschaft auch über eine bessere Integration in ihrer sozialen Gruppe. Wenn Bindung und Vertrauen mit und durch die engsten Bezugspersonen – Menschen also – in den Kindern und Jugendlichen nur unvollkommen aufgebaut werden konnte und daher keine emotionale Sicherheit bieten, kann die Tatsache, dass ein Tier, das als Dritter im Bunde, als „Co-Therapeut“ eingesetzt wird und somit nicht negativ besetzt ist, die Klientinnen entlasten. Es wird hier oft von der Funktion als „Eisbrecher“ gesprochen (Opgen-Rhein, Kläschen, & Dettling, 2011, S.13). Die Therapeuten und Therapeutinnen werden in den ersten Begegnungen in ihrem Verhalten zum Tier von den Klienten und Klientinnen in Kauf genommen, beobachtet und meist als „nett“ empfunden und so besteht in diesem

Setting die Chance, dass die Therapeuten/Therapeutinnen gleichzeitig auch als halbwegs vertrauenswürdig angesehen werden.

8 Pferdegestützte Therapie

Ausgebildete Pferde sind meist kontaktfreudig, setzen ein Beziehungsangebot und signalisieren das Befinden der Klienten und Klientinnen. Durch die von Gansterer beschriebene Ähnlichkeit der Interaktion zwischen Pferd und Klient/Klientin zur Interaktion zwischen Mutter-Säugling und die Verbalisierung des nonverbalen Geschehens durch die Therapeuten/Therapeutinnen wird eine neue Ebene der Bewusstseinsbildung angeregt. Die Therapeuten bilden ja „die Brücke zwischen Menschen- und Pferdewelt“ (Zink, 2006, S.18), so ist es ihnen möglich, die Interaktion von Tier und Mensch nicht nur zu interpretieren, sondern in weiteren Schritten auch therapeutisch zu nutzen und gezielt positiv einzusetzen. Pferde kommunizieren analog und ohne versteckte Absichten oder Hintergedanken. Dadurch, dass sie im „Hier und Jetzt“ leben, authentisch sind und nicht zwischen Fühlen und Handeln unterscheiden, eröffnen sie Kindern und Jugendlichen den Zugang zur Psychotherapie rascher, leichter und können dadurch „ungeahnte Impulse für Verhaltensänderungen geben“ (Baumeister & Kaiser, 2017).

Der Beziehungsaufbau zu Psychotherapeuten/Psychotherapeutinnen in deren Praxis oder Ambulanzen gestaltet sich oft äußerst schwierig und langwierig bzw. ist in manchen Fällen gar nicht möglich, da traumatisierte Patienten und Patientinnen selten Zugang zu ihren Gefühlen haben. So können sie, wie schon erwähnt, ihre Empfindungen oft nicht beschreiben – auch hier sind nonverbale Dimensionen von Bedeutung und auch hier hängt der Erfolg der Therapie von der Interpretation bzw. der Funktion der Therapeuten und Therapeutinnen als Dolmetsch ab. Die Hauptaufgabe ist das „in Beziehung treten“ – ein Auseinandersetzen auch und vor allem mit sich selbst. Alle Sinne werden beim Betreten von Stall und Reithalle angesprochen; es existiert kein Leistungsdruck, das Pferd akzeptiert einen so wie man ist. Zu Beginn kann über das Pferd auch nur gesprochen werden – wie etwa das Fluchttier Pferd mit Angst umgeht. Beim Holen von der Herde können Therapeuten und Therapeutinnen z. B. durch die geäußerte Interpretation des Verhaltens der Tiere in der Herde schon einige Informationen über die Wahrnehmung und Beziehungsgestaltung ihrer Patienten und Patientinnen erhalten und eventuell korrigierend eingreifen (Bachi, 2013).

Das vordergründige Ziel der Therapie ist ja nicht Reiten zu lernen, sondern ein „Gewahr-werden-durch-Sprache“ (Stephenson, 2007), indem die Klienten und Klientinnen sich durch die sprachliche Vermittlerfunktion der Therapeuten und Therapeutinnen ihrer nonverbalen Interaktionen bewusst werden und so Zugang zu ihrer „emotionalen Welt“ erhalten (Gansterer, 2011, S.9).

8.1 Balance

Sally Swift (2016) weist auf den Stellenwert von Balance und Atmung hin, um den eigenen Körper beim Reiten aus seiner Mitte heraus kontrollieren zu können. Durch plötzliches Stocken des Atmens kann dem Pferd Gefahr vermittelt werden – durch ruhiges Atmen wird nonverbal Sicherheit vermittelt. Traumatisierte Kinder und Jugendliche, die in Therapie kommen, haben meist ein „Kontrollsystem“ in

Körper und Psyche eingerichtet, das es ihnen ermöglicht, in ihrem nahen Umfeld zu „überleben“. Meist wird das durch die Körperhaltung und -spannung wiedergespiegelt. Durch Übungen wie „Zentrieren“ auf dem Pferd, kann dieses System „umgangen“ und so Lernen von Neuem möglich werden. Ein Ausbalancieren und Zentrieren am Pferd hat nicht nur zur Folge, dass das Pferd dadurch entspannter und die Beziehung vertrauensvoller werden kann. Es hat auch ein wachsendes Körperbewusstsein der Klienten und Klientinnen zur Folge und die Möglichkeit, alte Gewohnheiten aufspüren und ändern zu können (ebd., S.49). Patienten oder Patientinnen reagieren auf verschiedene Pferde mit verschiedenem Verhalten und umgekehrt, zusätzlich sind die Möglichkeiten des Einsatzes vielfältig. Das Getragenwerden durch ein Pferd, bei dem man auf dem warmen Pferderücken nur auf einer Decke liegt, kann an frühe Erinnerungen des Gehalten- und Getragenwerdens erinnernd andocken – oder an die verzweifelte Sehnsucht danach, die nie oder nur selten gestillt wurde. Durch die ruhige Umgebung, in der nur die Berührung der Hufe im Sand und das Schnauben des Pferdes zu hören sind, ist ebenfalls tiefe Entspannung möglich und dadurch wieder eine Veränderung im Sinne des Lernens neuer Denkmuster.

8.2 Analoge Kommunikation und intellektuelle Beeinträchtigung

Die Fähigkeit der Pferde allgemein und der ausgebildeten Therapiepferde im Speziellen, die Körpersprache des Menschen „lesen“ zu können, bietet in der Therapie mit Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung eine besondere Möglichkeit. Da Pferde zur Interaktion auffordern und nicht werten, müssen sich Kinder und Jugendliche nicht mit ihren Defiziten auseinandersetzen. „Tiere lösen viel weniger Schamgefühl aus als Menschen und helfen somit die eigene Würde aufrecht zu erhalten und gegen Beschämung anzukämpfen“ (Naber, 2018, S.12). Da sie sich angenommen, also sicher fühlen (Hediger & Zink, 2017), fällt es den Kindern und Jugendlichen sehr viel leichter, sich in die Interaktion mit Pferd und Therapeuten zu begeben; auch kann ein Rollenwechsel stattfinden, indem Kinder und Jugendliche, die selbst ein hohes Maß an Betreuung benötigen, sich hier in Fürsorgeverhalten üben können (Naber, 2018).

8.3 Identifikation und Symbolik

Marlene Baum (1991, S.7) lernte 1975 Reittherapie für sogenannte „schwer erziehbare“ Kinder kennen. Auch sie beschreibt die Rolle des Mittlers, die dem Pferd in der Therapie zukommt und die Bedeutung der Identifikationsprozesse für die Kinder, deren Sozialisation gestört war. Und auch sie spricht das Getragenwerden durch den warmen Tierkörper an, wodurch archaische Empfindungen ausgelöst werden, „die das fehlende Urvertrauen ersetzen oder aufbauen können“. Die emotionalen Beziehungen, die das Kind über die genannten Identifikationsprozesse zum Pferd entwickle, könne es später auf Menschen übertragen (Baum, 1991, S.8) Sie sieht die Bedeutung der Archetypen nach C. G. Jung im Vordergrund ihrer Überlegungen (Baum, 1991, S.16). Archetypen stellen ererbte, im kollektiven Unbewussten bereitliegende urtümliche Bilder dar: „In den Produkten der Phantasie werden die ‚Urbilder‘ sichtbar, und hier findet der Begriff des Archetypus seine spezifische Anwendung“ (Jung, 2018 [1938], S.99). Gelangen Archetypen ins Bewusstsein, präsentieren sie sich als Symbolbilder – als Ausdruck der unbewussten Seelentätigkeit menschlicher Psyche. Das Symbol kann zwischen den bewussten und unbewussten Anteilen der Psyche vermitteln und somit heilende

Funktion haben: Zum Beispiel in der pferdegestützten Psychotherapie (Baum, 1991). C. G. Jung (Jung, 2017 [1937/1950]) hat das Pferd als Symbol des Archetypus Mutter beschrieben und hier findet sich eine Polarität: Sie ist die Lebensspenderin und ein Symbol für Wiedergeburt, die gleichzeitig aber auch verschlingend und dadurch bedrohlich wirken kann und von der daher in einem Prozess der Bewusstwerdung eine Ablösung erfolgen sollte (ebd., S. 353 ff).

9 *Das Therapiepferd*

Welche Pferde eignen sich nun besonders als Therapiepferde: Wie nahezu alle Therapeuten und Therapeutinnen die pferdegestützt arbeiten, sieht auch Monika Mehlem (2005, S.37) die echte Partnerschaft mit dem Pferd als vorrangig. Dadurch ergeben sich beim Pferd Kooperationsbereitschaft und der Mut zur eigenständigen Reaktion: „Es verlangt viel Selbstbewusstsein und Eigenständigkeit, konsequent auf die innere Dynamik des Menschen zu reagieren und nicht nur auf äußere Signale“. Eine der Voraussetzungen ist auch die Fähigkeit des Pferdes zur Bindung und Abgrenzung. Für den Erhalt der psychischen Gesundheit des Therapiepferdes sieht Mehlem das Leben in der Herde als Voraussetzung, da es hier „seinen Platz und seinen Lebensrhythmus findet, und ein stabiles Sozialverhalten entwickeln kann“ (Mehlem, 2005, S.37). Das Ausdrucksverhalten des Pferdes kann Aufschluss über seine Befindlichkeit geben. Die Interpretation verschiedener Signale steht z. B. im Focus der langjährigen Forschung von Margit Zeitler-Feicht am Wissenschaftszentrum Weihenstephan der TU München (Zeitler-Feicht, 2015).

9.1 *Pferde als Co-Trainer*

Pauel und Urmoneit (2015, S.16) sehen die Bezeichnung Co-Therapeut oder gar Therapiepferd kritisch – das Pferd ist und bleibt ihrer Meinung nach in jeder Situation ein Pferd. Der Frage, ob Pferde als Co-Trainer fungieren können, gingen Kathrin Schütz, Annika Rötters und Lara Oebel (2018) nach und beantworten sie positiv. Ausgehend vom „klugen Hans“, einem Pferd, das zu Beginn des 20. Jahrhunderts lebte und angeblich zählen und rechnen konnte, in Wahrheit aber feinste Bewegungen des Körpers und der Mimik des Besitzers und der Zuschauer deuten konnte (Pfeiffer, 2004, S.75), wurde in der Videoanalyse von ca. 600 Interaktionen in pferdegestützten Coachings nachgewiesen, dass die Pferde in der Arbeit mit den Klienten und Klientinnen bereits auf kleinste Veränderungen reagierten (Schütz, Rötters, & Oebel, 2018). Sie zeigten jedoch keinesfalls antrainiertes Standardverhalten, sondern konnten die Teilnehmer in identischen Settings unterschiedlich wahrnehmen. So wurden zum Beispiel Entspannung und Unsicherheit von den Tieren erkannt und gespiegelt, aber jeweils auf unterschiedliche Weise ausgedrückt. „In jedem Einzelfall stimmte das gezeigte Verhalten des jeweiligen Pferdes nicht mit den anderen Einzelfällen überein“ (ebd., S.25). Die Autorinnen erklären dies teilweise aus der Evolutionsbiologie – das Pferd ist als Herden- und Fluchttier zwar auf die Führungsqualitäten des Leittiers angewiesen – da hier pures Vertrauen aber fatale Auswirkungen haben könnte, werden dessen Kompetenzen immer wieder überprüft. Das ständige Abklären der Lage ist ein Verhaltensmuster, das traumatisierten Patienten mit hohem Arousal durchaus bekannt ist. Eine weitere Erklärung sehen Opgen-Rhein, Kläschen und Detling (2011, S.17) im Domestizierungsprozess, bei dem das Pferd „im Vertrauen zur Bezugsperson“ gelernt hat, den

Fluchtreflex zu unterdrücken. Damit ist ein weiterer Faktor gefunden, bei dem das Pferd z. B. bei Angstsymptomatik als Vorbild dienen kann (ebd.).

9.2 Der Pferdeflüsterer

An dieser Stelle sei ein Verweis auf Monty Roberts (2002) erlaubt, der als vielfacher Pflegevater (ebd., S.15) wohl auch prädestiniert ist, um über Vertrauen und Bindung in menschlichen Beziehungen zu sprechen (Roberts, 2003 [1996]). Er wurde mit der von ihm entwickelten Methode des JOIN-UP und FOLLOW-UP als DER „Pferdeflüsterer“ berühmt und schreibt unter anderem: „Wenn ein Kind die Botschaft seiner Ablehnung erhält, sollte es auch nicht überraschen, wenn das Kind die Familie ablehnt, und am Ende vielleicht sogar die Gesellschaft als Ganzes“ (ebd., S.75). Er betont mehrfach die Macht, die seiner Meinung nach im Vertrauen liegt, sowie die tiefe Bindung, die durch das FOLLOW-UP zwischen Pferd und Trainer entsteht. Roberts vergleicht es mit dem Engagement zu Beginn einer Beziehung und dem anschließenden Abwarten, ob das Gegenüber auf diese „Einladung“ eingeht. Das Fluchttier Pferd als Gegenüber wird sich dem Menschen niemals freiwillig anschließen, sollte es Bedenken zur Sicherheit haben.

10 Fazit

Wie schon erwähnt, begegnen Kinder und Jugendliche, die schwer traumatisiert wurden anderen Menschen meist sehr „vorsichtig“. Sie mussten entweder diverse höchst belastende familiäre Situationen, Gewalt- und Missbrauchserfahrungen miterleben, oder auch langwierige und schmerzhaft Therapien aufgrund lebensbedrohlicher Erkrankungen über sich ergehen lassen. Das Pferd als „Nichtmensch“ ist bezüglich Beziehungsaufbau eindeutig im Vorteil – es wird von Patienten und Patientinnen in dieser für sie meist neuen Situation mit weniger Misstrauen betrachtet und die Therapeuten und Therapeutinnen werden anfangs schlicht als notwendiges Beiwerk „in Kauf“ genommen. Das ausgebildete Pferd ist besonders „im Moment“, das bedeutet, dass es auf Emotionen oder Stimmungen der Menschen-Patienten spontan, aber nicht unberechenbar reagiert. Hierfür sorgt die besondere Beziehung der Therapeuten/Therapeutinnen und Pferde, die langjährige Ausbildung und der gegenseitige respektvolle Umgang.

11 Literaturverzeichnis

- Adler, A. (2009/1926). Schwer erziehbare Kinder (1926). In W. Datler, J. Gstach, & M. Wininger (Hrsg.), *Schriften zur Erziehung und Erziehungsberatung* (Bd. 4, S. 119 - 132). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Ahnert, L. (2014). Bindung und Bonding: Konzepte früher Bindungsentwicklung. In A. Lieselotte (Hrsg.), *Frühe Bindung. Entstehung und Entwicklung* (S. 63-81). München, Basel: Ernst Reinhardt.
- Ainsworth, M. D., & Bowlby, J. (2009). Ein ethologischer Zugang zur Persönlichkeitsentwicklung (1991). In K. E. Grossmann, & K. Grossmann (Hrsg.), *Bindung und menschliche Entwicklung. John Bowlby, Mary Ainsworth und die Grundlagen der Bindungstheorie* (R. Mimler, Übers., S. 70-93). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Akrap, D. (2011). *Erich Fromm - ein jüdischer Denker. Jüdisches Erbe-Tradition-Religion*. Wien: Lit-Vlg.
- Allen, J. G., Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2016). *Mentalisieren in der psychotherapeutischen Praxis* (2. Ausg.). (E. Vorspohl, Übers.) Stuttgart: Klett-Cotta.
- Antoch, R. F. (1994). *Beziehung und seelische Gesundheit*. Frankfurt a. Main: Fischer Taschenbuch.
- Bachi, K. (2013). Application of Attachment Theory to Equine-Facilitated Psychotherapy. *J. Contemp. Psychother.* 43, S. 187-196.
- Baron-Cohen, S. (1995). *Mindblindness: an essay on autism and theory of mind*. Cambridge, Massachusetts, London: MIT-Press.
- Bauer, J. (2009). *Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone*. München: Wilhelm Heyne.
- Baum, M. (1991). *Das Pferd als Symbol. Zur kulturellen Bedeutung einer Symbiose*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch.
- Baumeister, S., & Kaiser, I. (2017). Die Arbeit mit Projektion und Übertragung in der Pferdegestützten Intervention. *mensch & pferd international*, S. 109-114.
- Beebe, B., & Lachmann, F. M. (2004). *Säuglingsforschung und die Psychotherapie Erwachsener. Wie interaktive Prozesse entstehen und zu Veränderungen führen*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Biewer, G. (2010). *Grundlagen der Heilpädagogik und Inklusiven Pädagogik* (2. Aufl. Ausg.). Bad Heilbrunn: Julius Klinkhardt.
- Bowlby, J. (1980/2009). Mit der Ethologie heraus aus der Psychoanalyse: Ein Kreuzungsexperiment. In K. E. Grossmann, & K. Grossmann (Hrsg.), *Bindung und menschliche Entwicklung. John Bowlby, Mary Ainsworth und die Grundlagen der Bindungstheorie* (K. Grossmann, K. E. Grossmann, R. Mimler, C. Sontag, & S. Tschernich, Übers., 2. Ausg., S. 38-40). Klett-Cotta.
- Bowlby, J. (2001/1953). *Frühe Bindung und kindliche Entwicklung/Child Care and the Growth of Love* (4. Ausg.). (U. Seemann, Übers.) München/London: Ernst Reinhardt/penguin books.
- Braakmann, D. (2015). Historical Paths in Psychotherapy Research. In O. C. Gelo, A. Pritz, & B. Rieken (Hrsg.), *Psychotherapy Research. Foundations, Process and Outcome* (S. 39-66). Wien, Heidelberg, New York, Dordrecht, London: Springer.
- Corriveau, K. H., L. H. P., Meins, E., Fernyhough, C., Arnott, B., Elliott, L., . . . Rosnay de, M. (May/June 2009). Young Children's Trust in Their Mother's Claims: Longitudinal Links With Attachment Security in Infancy. *Child Development*(80/3), S. 750-761.
- Datler, W. (2000). Das Verstehen von Beziehungsprozessen - eine zentrale Aufgabe von heilpädagogischer Praxis, Lehre und Forschung. In K. Bundschuh (Hrsg.), *Wahrnehmen, Verstehen, Handeln. Perspektiven für die Sonder- und Heilpädagogik im 21. Jahrhundert* (S. 59-77). Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
- e.motion, V. (kein Datum). *Verein e.motion Equotherapie*. Abgerufen am 07. Januar 2018 von www.pferd-e.motion.at: http://www.pferd-e.motion.at/index.php?article_id=21&clang=0

- Endres, M. (2001). Vorwort. In J. Bowlby, *Frühe Bindung und kindliche Entwicklung/Child Care and the Growth of Love* (U. Seemann, Übers., 4. Ausg., S. 7-8). München/London: Ernst Reinhardt/penguin books.
- Ermann, M. (1995/2007). *Psychosomatische Medizin und Psychotherapie*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E., & Target, M. (2004). *Affektregulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst*. (E. Vorspohl, Übers.) Stuttgart: Klett-Cotta.
- Freud, S. (1923b). *Das Ich und das Es* (Bd. GW XIII). Frankfurt am Main: Fischer.
- Freud, S. (1940/1955). *Das Ich und das Es. Gesammelte Werke*. (3. Ausg., Bd. 13). (A. Freud, E. Bibring, W. Hoffer, E. Kris, & O. Isakower, Hrsg.) London: Imago Publishing.
- Fromm, E. (1997/2003). *Anatomie der menschlichen Destruktivität* (20. Ausg.). Reinbek b. Hamburg: Rohwolt TB.
- Fuchs, T. (2017). *Das Gehirn - ein Beziehungsorgan. Eine phänomenologisch-ökologische Konzeption* (5. Aufl. Ausg.). Stuttgart: W. Kohlhammer.
- Gansterer, U.-D. (2011). *Equotherapie und Mentalisierung. Analogien frühkindlicher und euotherapeutischer nonverbaler Interaktionsprozesse*. Diplomarbeit Universität Wien
- Gansterer, U.-D. (2018). *"Ich bin der Glanz in den Augen des Pferdes" - Parallelen der Affekt Abstimmung zwischen Mutter-Säugling und KlientIn-Pferd*. Inklusive Zukunft.
- Gansterer, U.-D., Fischer, S., & Poinstingl, K. (2011). *Forschungsgruppe "Equotherapie" Erhebung nonverbaler Kommunikationsmuster zwischen Pferd und Mensch mittels Videoanalyse*. Verein e.motion.
- Greiffenhagen, S., & Buck-Werner, O. N. (2007). *Tiere als Therapie. Neue Wege in Erziehung und Heilung*. Nerdlen/Daun: Kynos.
- Grieser, J. (2017). *Triangulierung* (2. Ausg.). Gießen: Psychosozial.
- Grossmann, K. E. (2014). Theoretische und historische Perspektiven der Bindungsforschung. Die Bindungstheorie. In L. Ahnert (Hrsg.), *Frühe Bindung. Entstehung und Entwicklung* (S. 21-41). München, Basel: Ernst Reinhardt.
- Grossmann, K. E., & Grossmann, K. (2009). *Bindung und menschliche Entwicklung. John Bowlby, Mary Ainsworth und die Grundlagen der Bindungstheorie* (2. Aufl. Ausg.). (K. E. Grossmann, & K. Grossmann, Hrsg.) Stuttgart: Klett-Cotta.
- Guttman, G. (1982). *Lehrbuch der Neuropsychologie* (3. Ausg.). Bern, Stuttgart, Wien: Hans Huber.
- Guttman, G., Predovic, M., & Zemanek, M. (1983). *Einfluss der Heimtierhaltung auf die nonverbale Kommunikation und die soziale Kompetenz bei Kindern. Die Mensch-Tier-Beziehung*. Konrad Lorenz Symposium.
- Hüther, G. (2017). *Was wir sind und was wir sein könnten Ein neurobiologischer Muntermacher*. Frankfurt am Main: FISCHER Taschenbuch.
- Hüther, G. (2018). *Würde. Was uns stark macht - als Einzelne und als Gesellschaft*. München: Albrecht Knaus.
- Hediger, K., & Zink, R. (2017). *Pferdegestützte Traumatherapie*. München, Basel: Ernst Reinhardt.
- Jung, C. G. (1938/2018). *Archetypen. Urbilder und Wirkkräfte des kollektiven Unbewussten*. (L. Jung, Hrsg.) Ostfildern: Patmos.
- Jung, C. G. (2017/1950/1937). *Symbole der Wandlung. Analyse des Vorspiels zu einer Schizophrenie* (5. Ausg., Bd. V). (L. Jung-Merker, & E. Rüb, Hrsg.) Ostfildern: Patmos.
- Kirsch, H. (20. 11 2015). Das Mentalisierungskonzept in der sozialen Arbeit. *Bundesarbeitsgemeinschaft Traumapädagogik - Traumapädagogik überwindet Grenzen*. (U. o. ehadarmstadt.de, & Evangelische Hochschule Darmstadt, Hrsg.) Dornbirn.
- Kirsch, H., Brockmann, J., & Taubner, S. (2016). *Praxis des Mentalisierens*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Kotschal, K. (2009). Die evolutionäre Theorie der Mensch-Tier Beziehung. In C. Otterstedt, & M. Rosenberger (Hrsg.), *Gefährten. Konkurrenten. Verwandte. Die Mensch-Tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs* (S. 55). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

- Müller, C. (2016). Barry hilft - die Tradition lebe weiter. Lager mit Bernhardinern als Co-Pädagogen. (I. f. Tieren, Hrsg.) *tiergestützte. Therapie, Pädagogik & Fördermaßnahmen*(2), 14-17.
- Mehlem, M. (2005). Angst und Pferde - Wege zur Bewältigung und Integration von Ängsten mit Hilfe der Pferde. In F. A. (DKThR) (Hrsg.), *Psychotherapie mit dem Pferd. Beiträge aus der Praxis*. Warendorf: FNverlag der Deutschen Reiterlichen Vereinigung GmbH.
- Naber, A. (2018). *Sie spüren deinen Herzschlag! - Die Herzfrequenz, Herzratenvariabilität und Cortisolausschüttung als Indikatoren der Synchronisation in pferdegestützter Therapie bei Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung*. Wien: Universität Wien.
- Nakamura, K., Takimoto-Inose, A., & Toshigazu, H. (21. Juni 2018). Cross-modal perception of human emotion in domestic horses (*Equus caballus*). *Scientific Reports*(8).
- Olbrich, E. (2009). Dialog im Kolloquium. Biophilie - die menschliche Hinwendung zum Lebendigen. (C. Otterstedt, & M. Rosenberger, Hrsg.) Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Opgen-Rhein, C., Kläschen, M., & Dettling, M. (2011). *Pferdegestützte Therapie bei psychischen Erkrankungen*. Stuttgart: Schattauer.
- Otterstedt, C., & Rosenberger, M. (Hrsg.). (2009). Biophilie - die menschliche Hinwendung zum Lebendigen. *Gefährten. Konkurrenten. Verwandte. Die Mensch-tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Pauel, C., & Urmoneit, I. (2015). *Das Pferd im Therapeutischen Reiten. Anforderungen. Auswahl. Ausbildung*. Warendorf: FN Verlag der deutschen reiterlichen Vereinigung GmbH.
- Pencik, B. (2016). Abgerufen am 12. Februar 2019 von <https://www.barbara-pencik.at/wp-content/uploads/2016/11/5-Wirkfaktoren-der-Psychotherapie-nach-Klaus-Grawe.pdf>
- Pfeiffer, J. (2004). *Hirnforschung in Deutschland 1849-1974. Briefe zur Entwicklung von Psychiatrie und Neurowissenschaften sowie zum Einfluß des politischen Umfeldes auf Wissenschaftler*. Berlin, Heidelberg: Springer.
- Pflogl, J. (31.. Juli 2017). kurier.at/leben. Abgerufen am 28. Januar 2019 von psychologie-was-hinter-der-bindung-zwischen-maedchen-und-pferden-steckt/277.566.293.
- Resch, F., & Seiffge-Krenke, I. (2017). *Mentalisierungsbasierte Therapie für Adoleszente (MBT-A)*. (F. Resch, & I. Seiffge-Krenke, Hrsg.) Göttingen: Vandenhoeck & Rupprecht.
- Rizzolati, G., & Sinigaglia, C. (2008). *Empathie und Spiegelneurone. Die biologische Basis des mitgeföhls*. edition unseld/Suhrkamp.
- Roberts, M. (2002). *Das Wissen der Pferde und was wir Menschen von ihnen lernen können*. (I. Laufenberg, Übers.) Bergisch Gladbach: Bastei Lübbe.
- Roediger, E. (2017). *Die Therapeutische Beziehung in der Schematherapie*. Abgerufen am 13. Februar 2019 von <https://www.schematherapie-roediger.de/down/Therapeutische%20Beziehung.pdf>
- Rosenthal, P. (2001). *Reden und Interviews* (Bd. 2). Berlin, Bonn: Verlag Presse- und Informationsamt der Bundesregierung.
- Schöberl, I., Kotschal, K., & Beetz, A. (2013). Biopsychologische Grundlagen der Bindung. In U. Gansloßer (Hrsg.), *Bindung und Beziehung. Man liebt nur was man kennt* (S. 16). Fürth: Filander.
- Schütz, K., Rötters, A., & Oebel, L. (2018). Können Pferde als Co-Trainer agieren? Individuelle Reaktionen von Pferden in der Persönlichkeitsentwicklung auf unterschiedliche Klienten. (I. f. Tieren, Hrsg.) *tiergestützte. Therapie, Pädagogik & Fördermaßnahmen*(1), 22-26.
- Schnitzler, A. (1981/1924). Bemerkungen zur Psychoanalyse. In Hrsg., H. Schnitzler, C. Brandstätter, & R. Urbach (Hrsg.), *Arthur Schnitzler. Sein Leben. Sein Werk. Seine Zeit* (S. 342). Frankfurt am Main: S. Fischer.
- Schultz-Venrath, U. (2013). Dank. In U. Schultz-Venrath, *Lehrbuch Mentalisieren* (S. 9). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Schweitzer, A. (1963/2003). *Die Ehrfurcht vor dem Leben. Grundtexte aus fünf Jahrzehnten* (8. Ausg.). (H. W. Bähr, Hrsg.) München: C. H. Beck. Abgerufen am 09. Februar 2019 von Albert Schweitzer

- Hilfsverein für das A.-S.-Spital in Lambarene: <https://albertschweitzer.ch/index.php/ehrfurcht1/1-100-jahre-ehrfurcht-vor-dem-leben>
- Sperber, D., Clement, F., Heintz, C., Mascaro, O., Mercier, H., Origgi, G., & Wilson, D. (2010). Epistemic vigilance. *Mind & Language* 25, S. 359-393.
- Stephenson, T. (2007). Schule, Familie und andere Bildungsinstitutionen als Themen der Entwicklungspädagogik. *Entwicklung und Bildung* 3, 2.
- Swift, S. (2016). *Reiten aus der Körpermitte. Pferd und Reiter im Gleichgewicht* (3. Ausg.). (M. L. von der Sode, Übers.) Stuttgart: Müller Rüschlikon.
- Taubner, S., & Volkert, J. (2017). *Mentalisierungsbasierte Therapie für Adoleszente (MBT-A)*. Göttingen: Vandenhoeck & Rupprecht.
- Wathan, J., Burrows, A. M., Waller, B. M., & McComb, K. (5. August 2015). *PLOS ONE*. Abgerufen am 15. Januar 2019 von EquiFACS: The Equine Facial Action Coding System: <http://dx.doi.org/10137/journal.pone.0137818>
- Watzlawik, P., Beavin, J. H., & Jackson, D. D. (1969/2007). *Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien* (11. Ausg.). Bern: Hans Huber.
- Westerman, F. (2010/2012). *Dier, bovendier/Das Schicksal der weißen Pferde. Eine andere Geschichte des 20. Jahrhunderts*. Amsterdam/München: Uitgeverij/C. H. Beck.
- Wilson, E. O. (1984/2003). *Biophilia. The human bond with other species* (12. Ausg.). Cambridge, Massachusetts and London: Harvard University Press.
- Winnicott, D. W. (1960/2017). Ego Distortion in Terms of True and False self. In L. Caldwell, & H. T. Robinson (Hrsg.), *The Collected Works of D. W. Winnicott* (Bd. 6). Oxford, New York: Oxford University Press.
- Winnicott, D. W. (2006/1965). *Reifungsprozesse und fördernde Umwelt/Maturational processes and the facilitating environment*. (G. Theusner-Stampa, Übers.) Gießen/London: Psychosozial Verlag/Hogarth Press.
- Winnicott, D. W. (2010/1971). *Vom Spiel zur Kreativität* (12. Ausg.). (M. Ermann, Übers.) Stuttgart: Klett-Cotta.
- Zeitler-Feicht, M. H. (2015). *Handbuch Pferdeverhalten. Ursachen, Therapie und Prophylaxe von Problemverhalten* (3. Ausg.). Stuttgart: Ulmer.
- Zink, R. (2006). Equotherapie - Therapie mit Pferden. Aus dem Alltag eines Therapiepferdes. *Mit Sprache, Fachzeitschrift für Sprachheilpädagogik*, 38(4), S. 15-26.

Autorin

Mag.a Eva G. Sindelar

Email: office@sindelar-eva.at

Psychotherapeutin

Individualpsychologische Analytikerin