

Das Pferd als Spiegel der menschlichen Seele

Tiergestützte Aktivitäten sind in aller Munde. Das Pferd mit seinem weichen Fell und dem warmen, wohlriechenden Körper verleitet zum Anfassen. Die tiergestützte Therapie setzt in allen Bereichen auf die Faktoren Motivationssteigerung, Beziehungs- und Vertrauensfähigkeit sowie Stressabbau.



Projekt 1 Reiten als Gesundheitssport

Reiten als Gesundheitssport ist eine Fitnessaktivität aus dem Sektor „Prävention“. Die positiven Aspekte des Therapeutischen Reitens werden zur Gesunderhaltung der Patienten genutzt. Präventiver Gesundheitssport ist die aktive, regelmäßige systematische körperliche Belastung mit der Absicht, Gesundheit in all ihren Aspekten physisch und psychosozial zu fördern, zu erhalten und wiederherzustellen. „Reiten als Gesundheitssport“ ist kein Reitunterricht, sondern eine Bewegung auf dem Pferd, die auf die Gesundheitsförderung, Erhaltung und Steigerung der allgemeinen Leistungsfähigkeit abzielt. Positive Wirkungsmechanismen wie etwa die Rückenschule für mehr Beweglichkeit bzw. Aufbau der Rumpfmuskulatur sind ein erwünschter Nebeneffekt. Reiterliche Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene mit dem Fokus Stärkung der Rumpfmuskulatur/Prävention von Rückenbeschwerden bzw. mentale Festigung

Projekt 2 Pferdegestütztes Coaching

Das Pferd als sozial orientiertes Herdentier ist prädestiniert für die körpersprachliche Arbeit mit Menschen. Pferde sind von Natur aus wahre Meister der Körpersprache. Als Flucht- und Herdentiere erkennen sie Authentizität und Handlungsfähigkeit sofort. Sie geben ein ehrliches und konstruktives Feedback über kommunikative Fähigkeiten und die Wirkung eines Menschen auf andere. Im Kontakt mit Pferden zählen Souveränität, Klarheit und Verbundenheit. Mit ihrem feinen Gespür für „Schein“ und „Sein“ spiegeln die Pferde unmittelbar und ehrlich, wo die Stärken eines Menschen sind. Beim Putzen und Führen durch leichte und schwere Trailparcours sowie bei der Interaktion im Freilaufen spiegelt das Pferd den Menschen in seiner Körpersprache und gibt direktes Feedback. Der Erfolg, ein 600 kg schweres Tier steuern zu können, stärkt das Selbst-Bewusstsein.



Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene mit dem Fokus Training der sozialen Interaktion und des authentischen, sicheren Auftretens



Projekt 3 Mitarbeit im landwirtschaftlichen/Pferde-Betrieb

Die moderne Gesellschaftsform entkoppelt immer mehr die Prozesse der Primärproduktion vom täglichen Leben. Vielerlei Tätigkeiten verlieren ihre Sinnhaftigkeit. Durch das fürsorgliche Versorgen der Tiere – füttern, misten und pflegen – erfährt man, für jemanden da zu sein, der darauf angewiesen ist. Ebenso entschleunigt das manuelle Arbeiten in der Landwirtschaft den Tagesablauf. Der hektischen Entfremdung im Büro oder industriellen Alltag wird Zeit in und mit der Natur als gewichtiges Element entgegengesetzt. In einfachsten landwirtschaftlichen Arbeiten wird die körperliche Gesundheit erhalten, gesteigert oder wiederhergestellt, etwa durch regelmäßige Bewegung an der frischen Luft, die mentale Gesundheit erhalten oder gesteigert, zum Beispiel durch kognitives Training oder belastungsarme Tätigkeiten für [Burn-Out](#) oder depressive Patienten; das soziale Wohlbefinden durch Interaktion mit Mensch und Tier verbessert und der pädagogische Status gefördert. Die Ursprünglichkeit der eigenen Tätigkeit gibt dem Tun und Dasein wieder einen Sinn.

