Reittherapie

Therapeutinnen
Barbara Goßmann
Anna Häusler
Nicole Klöcker

Telefon
37601

Reittherapie

Reittherapie

Therapeutische Begegnungen mit und auf dem Pferd

Bezirk Unterfranken

Reittherapie

Ziel der Reittherapie ist es, Beziehungsgestaltung erlebbar zu machen und über dieses Erleben Selbstsicherheit aufzubauen – unabhängig von seelischen Erkrankungen. Es geht also nicht um das Erlernen reiterlicher Fähigkeiten.
Die zentrale Frage, die in der Reittherapie gestellt wird, lautet: Wie wirkt sich das momentane Erleben und die Beziehung zum Pferd auf die inneren Haltungen und auf die Körperhaltungen der Klienten/innen aus und ob diese versuchen wollen, alternative Haltungen zu üben bzw. auszuprobieren.

Somit stehen für die Reittherapie folgende Ziele im Vordergrund:

- Steigerung des Selbstwertes und der Selbstsicherheit
- Vermitteln von Erfolgserlebnissen
- Körperliche Fitness, Belastbarkeit, Koordination
- Entspannung, Auflockerung, Vitalisierung und Körperwahrnehmung
- Steigerung der Ausdauer, Konzentration und Leistungsfähigkeit.

Reittherapie ist insbesondere bei Klienten/innen indiziert, die unter starken Angst- und Spannungszuständen (körperlich/seelisch) leiden, die im Kontakt mit Menschen eher scheu bzw. zurückgezogen sind, aber auch bei solchen, die Schwierigkeiten haben, Grenzen für sich bzw. gegenüber anderen zu setzen.

Übergeordnetes Ziel ist somit die Beziehungsgestaltung im Kontakt zum Pferd. Hierüber werden Bedürfnisse, Ressourcen und Grenzen erlebbar und vom Pferd mit Hilfe der Therapeutin direkt rückgemeldet. Themen wie Loslassen/Last und Kontrolle abgeben, Vertrauen und „sich trauen“, Selbstwirksamkeit und Durchsetzungsvermögen stehen hierbei im Vordergrund. Diese Ziele können sowohl auf als auch mit dem Pferd in Bodenarbeit erlebt werden.
Tavor und starkes Übergewicht sind keine Kontraindikationen für die Reittherapie; nur das Reiten ist dann nicht möglich.
Falls Klienten/innen noch Tavor nehmen müssen, bitte in der Anforderung vermerken.

Bodenarbeit

Bei der Arbeit mit dem Pferd vom Boden aus stehen die Kommunikation zwischen Klienten/innen und Pferd, das Erarbeiten von Führungsqualitäten sowie Geschicklichkeit und Konzentration im Vordergrund. Spaziergänge mit dem Pferd oder das Überwinden eines Parcours mit verschiedenen Bodenhindernissen (z.B. Stangen, Plane, Flattervorhang) setzen eine klare Kommunikation zwischen Mensch und Pferd voraus und stärken Selbstsicherheit und gegenseitiges Vertrauen.

Freie Begegnung mit dem Pferd

- Beziehungsgestaltung reflektieren
- Veränderungen üben

In der Begegnung mit dem freien Pferd können Klienten/innen Muster der Beziehungsgestaltung erleben und bekommen durch die Reaktion des Pferdes diese direkt gespiegelt. So entsteht hier die Möglichkeit durch Verhaltensänderungen Auswirkungen in der Kommunikation direkt wahrzunehmen.
Übungen, die u.a. das Thema Nähe – Distanz, Fremdwahrnehmung – Selbstwahrnehmung und Vertrauen ansprechen, stehen dabei im Vordergrund.

Gruppenangebote mit Pferden

Es finden nach Absprache mit den Therapeutinnen auch immer wieder Gruppenangebote statt.