

Kinder und Pferde – eine starke Beziehung



➤ TV-Serien wie „Gestüt Hochstetten“ rücken das schöne Hobby Reiten oft in eine elitäre Ecke. Doch tatsächlich wird therapeutisches Reiten gerne zur ganzheitlichen Förderung von Kindern und Jugendlichen genutzt, sowohl als präventive Maßnahme zur Förde-

derung sozialer und motorischer Fähigkeiten als auch zum Abbau von Störungen oder Verzögerungen in der Entwicklung.

Der Aufbau einer Beziehung zu einem Pferd, die Übernahme von Aufgaben und Verantwortung, die dabei nötige Disziplin und Zuverlässigkeit legen eine gute Basis für ein tragfähiges Sozialverhalten und stärken das Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen der Teilnehmer.

In Zusammenarbeit mit dem Reiterverein Herborn ermöglicht die Rittal Foundation acht Schülerinnen und Schülern der **Kirchbergschule in Herborn** – einer Förderschule mit dem Schwerpunkt Lernen – die Teilnahme an einer solchen Therapie. Die Jugendlichen sind begeistert bei der Sache und können bestätigen, dass das Glück der Erde durchaus auf dem Rücken der Pferde liegen kann. ●



Wie Pferde älteren Menschen die Lebensfreude zurückbringen

➤ **Pferde werden schon lange bei der Behandlung von Menschen mit Förderbedarf eingesetzt – bislang allerdings vor allem bei Kindern und Jugendlichen. Mit Unterstützung der Rittal Foundation untersuchen Prof. Dr. Simon Forstmeier und Julia Schmidt von der Universität Siegen erstmals, wie pferdegestützte Interventionen Depressionen bei älteren Menschen vorbeugen können.**



Prof. Forstmeier, der Titel Ihrer Studie lautet „Pferdegestützte Biografiearbeit mit Menschen in der zweiten Lebenshälfte“ – Worum geht es?

Prof. Simon Forstmeier: Unser Ziel ist ein niederschwelliges Präventionsangebot für ältere Menschen, die noch keine klinische Depression entwickelt haben, aber bei denen typische Depressionssymptome wie Traurigkeit, Niedergeschlagenheit oder Schlafstörungen vorliegen. Dies betrifft immerhin etwa 15 Prozent der älteren

Bevölkerung. Die Forschung hat gezeigt, dass diese Personen ein deutlich höheres Risiko haben, eine klinische Depression zu entwickeln. Bei der Behandlung älterer Menschen mit Depressionen hat sich die Biografiearbeit im Rahmen einer Psychotherapie als sehr wirksam erwiesen. Dabei lassen wir chronologisch ihr Leben Revue passieren und gehen bewusst auf negative wie auf positive Erlebnisse ein. Diesen Ansatz kombinieren wir mit der pferdegestützten Intervention.

Wie ist das Pferd eingebunden?

Julia Schmidt: Unser Ansatz ist ein eigenständiges, bislang unveröffentlichtes Konzept, das ich im Rahmen meiner Masterarbeit 2017 entwickelt habe. In jeder der acht Einheiten wird jeweils ein biografisch relevantes Thema, von der Kindheit bis zum Erwachsenenalter, strukturiert unter Einbezug des Pferdes bearbeitet. Zum Beispiel muss man in der Kindheit erstmal Vertrauen aufbauen. Das Gleiche gilt, wenn die Teilnehmer zum ersten Mal ein Pferd streicheln oder führen sollen. Die Einheiten in einem Reitstall nehmen zudem ein wenig den therapeutischen Charakter und damit verbundene Berührungspunkte.

Die Rittal Foundation unterstützt die Studie drei Jahre lang mit

3.500

Euro jährlich.



Die Studie

➤ Ziel der Studie ist es, die Wirksamkeit einer präventiven, pferdegestützten, altersspezifischen Intervention für Studienteilnehmer mit einer subklinischen Depression zu untersuchen. An der Studie nehmen insgesamt 52 Menschen im Alter ab 50 Jahren teil. 26 von ihnen erhalten acht Einheiten einer pferdegestützten Intervention à 90 Minuten. Die übrigen 26 Teilnehmer dienen als Kontrollgruppe und erhalten lediglich eine Minimalintervention. Durchgeführt wird die Studie an elf Standorten in Nordrhein-Westfalen, Hessen, Schleswig-Holstein und Niedersachsen. Die Rittal Foundation unterstützt die Studie drei Jahre lang mit jährlich 3.500 Euro. ●

Link: <https://www.bildung.uni-siegen.de/mitarbeiter/forstmeier/project9.html>

Wie entstand die Idee?

Julia Schmidt: Bei meiner Arbeit als Reittherapeutin konnte ich bereits viele positive Erfahrungen mit älteren Menschen sammeln. Leider finden präventive Angebote für Menschen in der zweiten Lebenshälfte bisher kaum Berücksichtigung, weder in der Fachliteratur noch in der pferdegestützten Praxis, obwohl dieser Lebensabschnitt üblicherweise von bedeutsamen Veränderungen geprägt ist, die zu einer subklinischen Depression führen können. Zudem brauchen wir fundierte Studien, damit die Arbeit mit dem Pferd auch die notwendige Anerkennung erhält und perspektivisch von den Krankenkassen bezahlt wird.

Was sind die Ziele der Studie?

Simon Forstmeier: Ziel der Studie ist es nachzuweisen, dass der Ansatz wirkt, denn am Ende soll ein Manual vorliegen, das sich an Therapeuten wendet, die das Pferd in ihre Arbeit einbinden wollen. Dabei beachten wir die „Good Clinical Practice“, die für höchste wissenschaftliche Standards steht. Beraten werden wir durch die Ärztin und Reittherapeutin Dr. med. Andrea Wartenberg-Demand, die zudem über langjährige Erfahrung mit klinischen Studien in der Pharmaindustrie verfügt.

Wie wichtig ist die finanzielle Unterstützung durch die Rittal Foundation?

Simon Forstmeier: Die Rittal Foundation ist der größte

Unterstützer und übernimmt etwa ein Drittel der Kosten.

Wo stehen Sie momentan?

Julia Schmidt: Wir haben inzwischen alle Interventionen abgeschlossen und ein Teil der Teilnehmer wird sich noch einer Kontrolluntersuchung nach drei Monaten unterziehen. Aufgrund der aktuellen Situation (Coronakrise) wurden wir ein wenig zurückgeworfen. Trotzdem gehe ich davon aus, dass wir die Ergebnisse wie geplant Mitte 2021 veröffentlichen können.

Können Sie schon erste Zwischenergebnisse nennen?

Prof. Simon Forstmeier: Die Fragebögen dürfen wir laut Good Clinical Practice erst auswerten, wenn alle Untersuchungen abgeschlossen sind, eine Zwischenanalyse war in der Studie nicht geplant. Was wir jedoch sagen können ist, dass wir von den einzelnen Prüfern ein sehr positives Feedback zum Behandlungskonzept erhalten haben und die Prüfer beschreiben, dass sich die psychische Befindlichkeit der Teilnehmer sehr gut stabilisiert hat. ●

„BEI ETWA
15 PROZENT DER
ÄLTEREN BEVÖL-
KERUNG LIEGEN
SYMPTOME EINER
LEICHTEN DE-
PRESSION VOR.“

PROF. DR. SIMON
FORSTMEIER



Prof. Dr. Simon Forstmeier
ist Inhaber des Lehrstuhls für
Entwicklungspsychologie
und Klinische Psychologie der
Lebensspanne an der Universität
Siegen. Der 47-Jährige hat nach
dem Studium der Psychologie

und einer Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten in Trier promoviert und an der Universität Zürich habilitiert.



Julia Schmidt promoviert aktuell mit
einem Stipendium der Universität
Siegen bei Prof. Simon Forstmeier,
wo sie 2017 ihren Masterstudien-
gang im Bereich Bildung und soziale
Arbeit abgeschlossen hat. Nach
dem Studium der Sozialpädagogik

hat die 37-Jährige zwischen 2005 und 2013 als Reittherapeutin in der Odebornklinik in Bad Berleburg gearbeitet, einer Fachklinik für Neurologie.