

Neue Studie zur pferdgestützten Psychotherapie in der ambulanten Praxis

Ein Projekt zeitgemäßer Psychotherapieforschung

An dieser Stelle berichten wir über unsere zweite **Studie zur Wirksamkeit pferdgestützter Psychotherapie**. Vorausgegangen ist eine Pilotstudie im Jahr 2019, deren Ergebnisse im Deutschen Ärzteblatt PP 6/2020 und der DKThR-Zeitschrift für Therapeutisches Reiten, Ausgabe 2/2020 zusammengefasst sind. Eine Buchpublikation erschien unter dem Titel „Empathie auf vier Hufen – Einblicke in Erleben und Wirkung pferdgestützter Psychotherapie“ im November 2020.

In der Pilotstudie befragten wir retrospektiv 16 Patientinnen und Patienten und ihre sechs tiefenpsychologisch fundiert bzw. analytisch arbeitenden Therapeutinnen. Im Fokus der semistrukturierten Interviews stand das ganz subjektive Erleben der Anwesenheit von Pferden in ihren therapeutischen Prozessen – auf Seiten beider Therapiepartner. Vor allem die Bereitschaft der Patientinnen und Patienten, sich dieser besonderen Herausforderung zu stellen, um auf diese Weise zu einer theoretischen und wissenschaftlichen Fundierung der für sie so wertvollen Erfahrung beizutragen, war für uns ebenso beeindruckend wie ermutigend.



Cartoon: Phil Hubbe

In der von uns konzipierten und initiierten **Folgestudie (2021-2023)** möchten wir, Dr. Marika Weiger und Birgit Heintz, nun prospektiv arbeiten und im Sinne von **Einzelfall-Prozessstudien etwa fünfzehn Therapieverläufe** diesmal **verfahrenübergreifend begleiten**, und Kernthemen, die wir in der Pilotstudie erkennen konnten, weiter vertiefen. Grundsätzlich möchten wir uns in der kommenden Untersuchung angesichts der weitgehend nonverbalen, intersubjektiven Resonanzprozesse zwischen Mensch und Pferd nicht nur

auf das gesprochene Wort, sondern vermehrt auf die sich in Bildern entfaltenden Bedeutungen und Aussagen stützen. Gemeint sind innere Bilder, auftauchende Träume, gestaltete und gemalte Bilder, sowie bewegte Bilder in Form von Videoaufzeichnungen der Therapiesequenzen mit dem Pferd bzw. den Pferden.

Ganz besonders freut uns die nun mögliche **Kooperation mit der Sigmund Freud Privatuniversität Linz**, die die soeben beginnende Studie als Forschungsprojekt des Studiengangs Psychotherapiewissenschaft implementiert hat. Neben Prof. Dr. Thomas Stephenson, Psychoanalytiker und Leiter des Departements Psychotherapiewissenschaft, supervidiert Prof. Dr. Carlos Watzka, Soziologe und Medizinhistoriker, in der Lehre an der SFU Linz u.a. zuständig für Forschungsmethodik, das Projekt. Er hält das beabsichtigte Vorgehen als Methodenkombination qualitativ-offener und standardisierter Elemente mit innovativen Dokumentationselementen „für ideal“. Das Studienvorhaben wurde von der Ethikkommission der SFU Wien/ Linz geprüft und genehmigt und ist von der Susan Bach Foundation CH, der Heidehof Stiftung und der Professor Dr. Heicke Stiftung gefördert.

Aktuell sind vier Psychotherapeutinnen aus Deutschland und eine Kollegin aus Österreich „am Start“. Sie erhielten body-cams, mit denen sie die Therapiestunden ihrer teilnahmebereiten Patientinnen und Patienten am Pferd als Videoaufzeichnung dokumentieren. So ausgerüstet – die Kameras wurden von uns erprobt und sind einfach an der Kleidung zu befestigen – behalten sie zwei freie Hände und sind in den praktischen Abläufen nicht beeinträchtigt. Alle sechs bis acht Wochen werden wir mit den Therapeutinnen (online) Interviews zum Therapieverlauf führen. Diese Verlaufsinterviews werden später, natürlich anonymisiert, professionell transkribiert. Parallel erhalten die Patientinnen und Patienten neben einigen Erhebungsinstrumenten (Befindlichkeitsskala nach Zerssen und eigenem, pferdespezifischem Fragebogen) prozessbegleitend „Mal-Einladungen“.

Hier schließen wir sowohl an die Forschungsarbeit einer der Pionierinnen der Psychotherapie mit dem Pferd, Dr. Dr. Michaela Scheidhacker (ehemals Isar-Amper Klinikum München Haar),¹ als auch an das Forschungsinteresse einer der Stiftungsgründerinnen, Susan Bach (1902 - 1995), an. Ihre systematischen Studien von spontanen Bildern und Zeichnungen, besonders denjenigen schwerkranker Kinder, führten zu wesentlichen Erkenntnissen über sich darin ausdrückendes, z. T. vorausweisendes „Wissen“ um tiefe innere, psy-

¹ Michaela Scheidhacker ließ ihre Patient*innen nach jeder Therapieeinheit mit den Pferden malen und zeichnen. Vergl. Bender, Scheidhacker (Hg) 1998 Ich träumte von einem weisen Schimmel, der mir den Weg zeigte. München, BKH Haar Uni Druck

chische und psychosomatische Prozesse.² Erst nach Abschluss der Therapien sind, ähnlich wie bei der Pilotstudie, wiederum semi-strukturierte Interviews mit beiden Therapiepartnern vor Ort vorgehen; ebenso, wenn möglich, das Einbeziehen von Imaginationen.

Das gesamte Vorgehen, wie auch die **Kooperation** erfahrener Praktikerinnen **mit** dem hochkarätig besetzten, interdisziplinären **Forschungsteam einer international anerkannten Institution der Psychotherapieforschung**, ist in dieser Form innovativ und damit eine hoch spannende Unternehmung. Themen, wie die mögliche Beeinflussung der Therapieprozesse durch die Verlaufsinterviews, d.h. die kaum zu „neutralisierende“ – im besten Fall jedoch bereichernde – therapeutische Erfahrung und Haltung der Interviewerinnen, können in diesem Team sensibel behandelt, eingeordnet und reflektiert werden. So sind und waren bereits die vorbereitenden und die Studienkonzeption begleitenden Gespräche und Zoom-Konferenzen Teil dieses lebendigen und sich ständig weiter differenzierenden Forschungsprozesses, in dem wir die Linzer Kolleg*innen als äußerst zugewandte, herzliche und begeisterte wie begeisternde Menschen erleben.

Um auch die universitäre Perspektive dieser wunderbaren Kooperationspartnerschaft ein wenig zu erhellen, baten wir Agnes Stephenson, wissenschaftliche Mitarbeiterin an der SFU Linz, um ihre Gedanken zu diesem Projekt:

„Die Sigmund Freud PrivatUniversität zeichnet sich in den Studiengängen der Fakultät „Psychotherapiewissenschaft“ unter anderem dadurch aus, dass sie psychotherapeutisches Handeln und psychotherapiewissenschaftliches Forschen als zwei auf einander verweisende Elemente in einem lebendigen, intensiven Austausch erlebbar macht. Dadurch werden die Studierenden und zukünftigen Psychotherapeut*innen von Anfang an dazu angehalten, ihr Interesse über die psychotherapeutische Situation hinausgehend immer auch in Richtung der Weiterentwicklung der Disziplin, der Zusammenarbeit und der Ergänzung der eigenen Methode mit anderen Methoden und der Ausweitung der Forschungstätigkeiten zu verstärken. Das Forschungsprojekt „Pferdgestützte Psychotherapie“ bietet beides: Innovatives, psychotherapeutisches Handeln und professionelles, methodenübergreifendes Forschen. Die unterschiedlichen Forschungsmethoden erlauben ein differenziertes Bild auf den Gegenstand und auf den therapeutischen Prozess. Die Offenheit der Forschungsstruktur ermöglicht, innovative, kreative Wege zu gehen, den Forschungsprozess an die Gegebenheiten anzupassen und dadurch Forschungsmethoden gegenstandsadäquat einzusetzen.

Die Psychotherapiewissenschaft ist eine noch sehr junge Disziplin. Psychotherapie nicht mehr als „Anhängsel“ anderer Disziplinen, wie der Medizin oder der Psychologie zu verstehen, sondern sie als eigene wissenschaftliche Richtung zu etablieren, erfordert die Entwicklung eigener methodischer Zugänge, die dem spezifischen Feld, das sich in der Psychotherapie eröffnet, gerecht zu werden. Gegenstandsadäquat zu forschen, ist ein zentraler Aspekt in unse-

rem Verständnis von Psychotherapiewissenschaft. Nicht die Methode formt den Gegenstand, sondern der Gegenstand bestimmt die Methode. Dem aktuellen state of the art der sozialwissenschaftlichen Forschung entsprechend, werden hier Mixed-Methods-Ansätze und Triangulation präferiert. Das Forschungsprojekt „Pferdgestützte Psychotherapie“ verspricht neben den inhaltlichen Erkenntnissen auch ein Musterbeispiel für neue, psychotherapiewissenschaftliche Forschung zu werden.“

Ende April hatten wir Gelegenheit, das Projekt interessierten Studierenden der SFU Linz, Berlin und Wien in einem von Agnes und Thomas Stephenson moderierten online-Event mit Vortrag und anschließendem Workshop vorzustellen. Hier kamen Studierende mit Praktikerinnen – den ersten teilnahmebereiten Psychotherapeutinnen – sowie ihren Professoren und uns als Forschungsteam in einen sehr lebendigen Austausch. Mehr als dreißig Menschen aus allen Regionen Österreichs und Deutschlands diskutierten auf der Basis vorangestellter Filmbeispiele und den aus der Pilotstudie gewonnenen Erkenntnissen in „Breakout Rooms“ und im Plenum der Zoom-Konferenz.

Schöne neue, digitale Welt, die so bereichernde, Raum und Zeit überwindende Begegnungen möglich macht – in der es aber auch guttut, während der Pause die Pferde „live“ von der Koppel zu holen ...

Die Autorinnen



Birgit Heintz

Psychologische Psychotherapeutin, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Lehranalytikerin und Supervisorin mit Praxis in Postmünster (Niederbayern)



Mag.a Agnes Stephenson

Pädagogin, Sonder- und Heilpädagogin, Univ. Ass. in der Sigmund Freud PrivatUniversität Linz, Forschungsschwerpunkte: Psychotherapie und Pädagogik, Global Citizenship Education

² Susan Bach, Das Leben malt seine eigene Wahrheit. Über die Bedeutung spontaner Malereien schwerkranker Kinder (Daimon-Verlag, Einsiedeln 1995)