

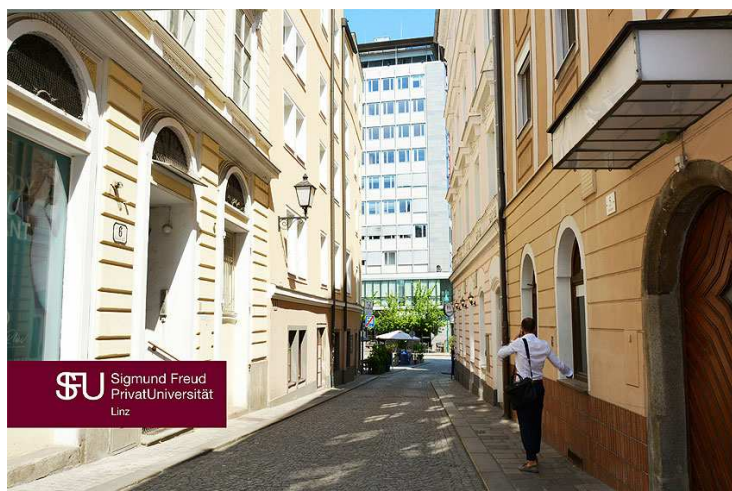
# Qualitative Studie II zur Wirksamkeit pferdegestützter Psychotherapie 2021 - 2023



**Birgit Heintz, Dr. Marika Weiger, Kroed 1+2, D-84389 Postmünster**



**In Kooperation mit  
SFU Linz, Studiengang Psychotherapiewissenschaften  
Prof. Dr. Th. Stephenson**



**Gefördert durch:  
Susan Bach Foundation Zürich, Heidehof Stiftung, Prof. Dr. Heicke Stiftung**

## Vorbemerkung

Der Bedarf an nicht-sprachgebundenen Psychotherapieverfahren steigt u. a. für beziehungs-traumatisierte Kinder und Jugendliche sowie für PatientInnen mit Traumafolgestörungen stetig. Für Menschen, die vernachlässigt, misshandelt oder missbraucht wurden, ist es mitunter kaum möglich, vertrauensvolle Beziehungen zu späteren Bezugspersonen und PsychotherapeutInnen aufzubauen. In der Beziehung zu einem Pferd sind betroffene Kinder und Erwachsene meist sehr viel offener und emotional erreichbarer, da sie ihre traumatischen Erfahrungen nicht mit einem Tier assoziieren. **Mit der Einbeziehung von Pferden als lebendiges Medium in ein psychotherapeutisches Richtlinienverfahren handelt es sich nicht um eine neue Therapiemethode**, sondern um die Öffnung und Erweiterung des therapeutischen Settings innerhalb eines etablierten Therapieverfahrens unter Beibehaltung aller wesentlichen Grundsätze tiefenpsychologisch - psychoanalytischer, verhaltenstherapeutischer oder systemisch-familientherapeutischer Praxis.

Die wissenschaftliche Erforschung neurobiologischer Effekte pferdegestützter Interventionen steht noch sehr in den Anfängen, erlaubt jedoch die Hypothese, dass der emotionale und körperliche Berührungs- bzw. Bewegungskontakt mit einem Pferd (insbesondere das basale Nacherleben des Getragenseins) mit physiologischen Veränderungen des Oxytocin- und Cortisolsystems einhergehen, durch die Vertrauen und Empathie gefördert, Ängste reduziert und therapeutische Bündnisse oft überhaupt erst möglich werden.<sup>1</sup>

Dem hier skizzierten Forschungsvorhaben ging eine qualitative **Pilotstudie** zur analytischen bzw. tiefenpsychologisch fundierten, pferdegestützten Psychotherapie **im Jahr 2019** voraus, die von der Heidehof Stiftung Stuttgart und der Susan Bach Foundation CH gefördert wurde. In 22 semistrukturierten Interviews - mit 6 Therapeutinnen, und 16 Patientinnen nach ganz oder weitgehend abgeschlossenen Therapien - lag der Fokus auf dem subjektiven Erleben der in das Praxissetting integrierten, ergänzenden Arbeit mit dem Pferd. Die teilnehmenden Therapeutinnen waren mit kassenärztlicher Zulassung für tiefenpsychologisch fundierte bzw. analytische Psychotherapie / Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie in eigener Praxis tätig und verfügten über hippologische Zusatzqualifikationen gemäß den Anforderungen des Deutschen Kuratoriums für Therapeutisches Reiten (DKThR). Die Buchpublikation erschien im November 2020 unter dem Titel „**Empathie auf vier Hufen - Einblicke in Erleben und Wirkung pferdegestützter Psychotherapie**“ (Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht)

Die **retrospektive Pilotstudie** bezog sich sinngemäß auf bereits abgeschlossene, ausschließlich tiefenpsychologisch orientierte Psychotherapien. Diese Studie erlaubte uns, spezifische, mit dem Einbeziehen der Pferde verbundene Wirkfaktoren zu erkennen, die in der **prospektiven Folgestudie** sehr viel gezielter berücksichtigt und evaluiert werden können. Hier soll es konsequenterweise um ausführliche, auch videobasierte **Prozessdokumentation** und Begleitung pferdegestützter Therapien gehen. Darüber hinaus soll die Folgestudie nicht auf nur eines der Richtlinienverfahren begrenzt sein, sondern in allen anerkannten Verfahren untersucht werden.

---

<sup>1</sup> Julius. Beetz. Ragnarsson, „Bindung und pferdegestützte Interventionen“ in Mensch und Pferd international 4|2017 p. 140 -152

Basale, im besten Falle wiedergutmachende **Körpererfahrungen** - vor allem die des Berührtwerdens und Getragenseins in einem ganz umfassenden Sinne - knüpfen an sehr frühe, unter Umständen defizitäre Erfahrungen in der Mutter-Kind Interaktion an. Aus der Pilotstudie wissen wir, wie sehr die Anwesenheit der Pferde zusätzlich haltgebend und im Falle vorliegender Traumafolgestörungen auch „antidissoziativ“ wirken kann. Diesen **leib-seelischen Aspekten** soll in der Folgestudie besondere Aufmerksamkeit gewidmet werden.

Angestrebt wird die **Evaluation von etwa fünfzehn pferdegestützten Psychotherapien** im Einzelsetting. Die **Verlaufsbegleitung** ist in Form regelmäßiger, **semistrukturierter Interviews** (ggf. online) mit den Therapeutinnen in 6-8-wöchigen Abständen vorgesehen. Möglichst fortlaufende **Videoaufzeichnungen** der Therapiesequenzen mit den PatientInnen am Pferd sollten durch die TherapeutInnen selbst (Bodycams) durchgeführt werden, um die jeweiligen Therapieprozesse nicht durch die Anwesenheit einer weiteren Person zu beeinflussen. Entsprechend sind Interviews mit den PatientInnen - wie bei der Pilotstudie auch - erst nach Abschluss der Therapien vorgesehen.

Die (Selbst-) Erfahrungen mit dem Pferd / den Pferden ereignen sich auf der Ebene weitgehend vorsprachlicher, intersubjektiver Resonanzprozesse. Vor diesem Hintergrund erscheinen - im Gegensatz zum gesprochenen Wort - gemalte **Bilder oder andere Gestaltungen** weit geeigneter, diesen Erfahrungen Ausdruck zu verleihen, gerade auch dann, wenn es sich um Kinder und Jugendliche handelt. Daher möchten wir die teilnehmenden Patientinnen in sinnvoll erscheinenden Intervallen und unter vergleichbaren Vorgaben zum Malen und Gestalten einladen (etwa so, wie man auch „projektive Tests“ vorschlagen würde); das so entstehende Bildmaterial sollte bis zum Therapieende in den Händen der TherapiepartnerInnen verbleiben.

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),<sup>2</sup> 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, psychische und psychosomatische Prozesse.<sup>3</sup>

Da vorläufig in der Bundesrepublik Deutschland wie in Österreich nur wenige, in die Folgestudie einzubeziehende PsychotherapeutInnen über die notwendige Dreifachqualifikation verfügen - abgeschlossenes Hochschulstudium, Psychotherapieausbildung (Approbation) und hippologische / pferdefachliche Qualifikation - können wir nur mit relativ geringen Fallzahlen operieren. Dieser Hintergrund betrifft auch die Frage der Methodik, wobei qualitativer Psychotherapieforschung unterdessen auch von Seiten führender Kapazitäten der Vorrang gegenüber RCT-Studien eingeräumt wird. (vergl. Tschuschke, V. 2015 <https://www.psychotherapie-wissenschaft.info/index.php/psywis/article/view/300/648>).

<sup>2</sup> Michaela Scheidhacker ließ ihre PatientInnen 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

<sup>3</sup> Susan Bach, Das Leben malt seine eigene Wahrheit. Über die Bedeutung spontaner Malereien schwerkranker Kinder (Daimon-Verlag, Einsiedeln 1995)

## Studienskizze

### 1. Vorbereitung

- Suche nach teilnahmebereiten, approbierten und hippologisch qualifizierten PsychotherapeutInnen sowie teilnahmebereiten PatientInnen
- Erarbeitung konkreter Fragestellungen für prozessbegleitende TherapeutInneninterviews
- Erarbeitung standardisierter Dokumentationskriterien für die TherapeutInnen
- Entwicklung der Testinstrumente für die PatientInnen
- Erarbeitung thematischer Vorschläge für die prozessbegleitenden Bilder und bildnerischen Gestaltungen für die PatientInnen
- Erprobung des technischen Equipments (Bodycams)

### 2. Projektphase

- a) Einführung der teilnahmebereiten Psychotherapeutinnen jeweils vor Ort (Kameratechnik / Bodycams, Probeaufnahmen, Klärung offener Fragen, etc.)
- b) semistrukturierte Interviews in 6-8-wöchigen Abständen mit den TherapeutInnen - ggf. online
- c) Fortlaufend: Videoaufzeichnung der Therapiesitzungen am Pferd durch die TherapeutInnen mit Bodycams, die nach jeweils etwa 7 Sitzungen ausgetauscht werden. Das Videomaterial kann sodann vom Leitungsteam jeweils vorgesichtet und zur professionellen wissenschaftlichen Transkription vorbereitet werden.
- d) Einbeziehung von Testinstrumenten (Fragebögen) und bildnerischen Gestaltungen der PatientInnen (s.o.)
- e) Semistrukturierte Interviews mit PatientInnen und TherapeutInnen nach Abschluss der Therapien (wie bei der Pilotstudie); Einladung zu Imaginationen.

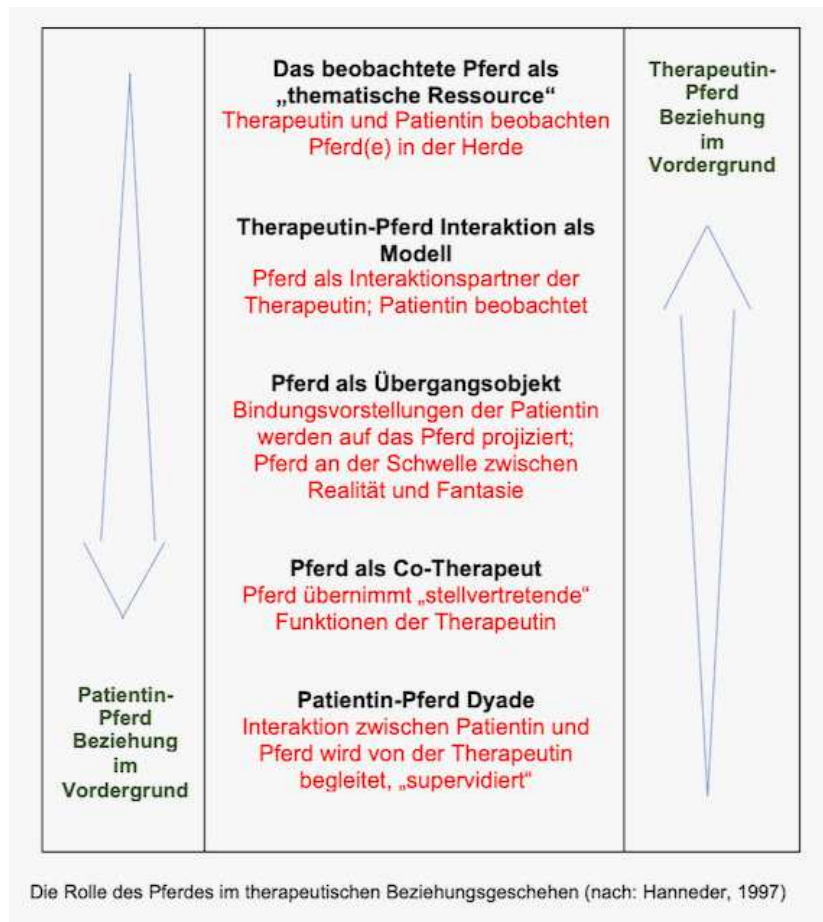
### 3. Tiefenhermeneutische Auswertung (aktuelle, qualitative text- und videoanalytische Methoden)

Für die Auswertung des Videomaterials könnten **Schlüsselszenen untersucht werden:** a) mit Blick auf das interaktionelle Geschehen (s. Tabelle unten!)

b) mit Blick auf andere **Kernthemen / Codes der Pilotstudie**

- Übertragungsgeschehen und therapeutische Beziehung
- Körpererfahrung / Erleben auf der Körperebene / nonverbale Kommunikation
- Wahrnehmung von Emotionen
- Verhalten des Pferdes im intersubjektiven Feld PatientIn - Pferd - TherapeutIn

Tabelle zu 3a)



### Grundsätzliche Fragestellungen

Eine Besonderheit des hier vorliegenden Studienkonzepts besteht in der zusätzlichen Einbeziehung symbolischen Materials (gemalte Bilder, bildnerische Gestaltungen, Imaginationen, ggf. Träume), d.h. des Unbewussten im Sinne nicht rein kognitiven, verbal vermittelbaren *inneren Wissens*.

- Welche Entwicklungen und Veränderungen waren in den Therapieprozessen beobachtbar? (Einschätzungen beider Therapiepartner)
- Welche spezifischen Qualitäten, Eigenschaften und Wirkungen werden den Pferden im Hinblick auf den therapeutischen Prozess von den PatientInnen bzw. den TherapeutInnen zugeschrieben?
- Welchen Aufschluss über interaktionelle und kommunikative Facetten der Mensch-Pferd-Beziehungen geben die Videoaufzeichnungen?
- Zeigen sich signifikante Unterschiede in den verschiedenen Therapieverfahren?
- Welche Schlußfolgerungen sind daraus zu ziehen?

### 4.) Publikation der Ergebnisse in Fachjournalen und ggf. in Buchform

## Team

**Birgit Heintz, Dipl. Analytische Psychologin**, geb. 1957 in Köln

Psychologische Psychotherapeutin, Analytische Kinder- und Jugendlichentherapeutin, Dozentin u. Lehranalytikerin C.G. Jung Institute Zürich und München. Akkreditierte Supervisorin PTK Bayern. In eigener Praxis unter Einbeziehung von Pferden seit 1996, seit 2003 in Postmünster, Niederbayern.

**Marika Weiger, Dr. med.**, geb. 1960 in München,

Ärztin für Psychosomatik und Psychotherapie, Supervisorin, Balintgruppenleiterin (BLÄK). Nach Tätigkeit als wissenschaftliche Mitarbeiterin zur Untersuchung unkonventioneller (psychotherapeutischer) Verfahren in der Onkologie und als leitende Oberärztin in einer Klinik für Psychosomatik und Ganzheitsmedizin umfangreiche Erfahrung in der Umsetzung bio-psycho-sozialer Therapieansätze. Seit 1996 in eigener Praxis in Pfarrkirchen, Niederbayern, niedergelassen, seither psychotherapeutische Einbeziehung von Pferden.

### **Forschungsteam SFU Linz:**

Prof. Dr. Thomas Stephenson, Assoz. Prof. Dr. Carlos Watzka, Isolde Reichel (Forschungskoordination), Eva Sindelar (Doktorandin SFU Wien), Mag. Roswitha Zink, Maria Würzburger (Studienassistentin) et al.

### **Weitere Kooperationen**

Deutsches Kuratorium für Therapeutisches Reiten (DKThR)

Österreichisches Kuratorium für Therapeutisches Reiten (ÖKThR)

### **Themenbezogene eigene Publikationen:**

Heintz, B. (1996) Das Pferd in der Kinderpsychotherapie – Eine tragende Beziehung im Spiegel von Kinderzeichnungen, Sandbildern und spieltherapeutischen Prozessen, unveröffentlichte Diplomthesis C. G. Jung – Institut Zürich und mit gleichem Titel Therapeutisches Reiten (DKTHR) 1/99 S. 23-27 (Vortragsabdruck 3. Europäischer Kongress für Therapeutisches Reiten BKH Haar).

Heintz, B. (2005) Lucia – Therapie einer Jugendlichen mit Posttraumatischem Belastungssyndrom in: Psychotherapie mit dem Pferd – Beiträge aus der Praxis S.64-75

Heintz, B. u. Weiger, M. (2005) Psychotherapie mithilfe von Pferden - Eine tragende Beziehung, Deutsches Ärzteblatt (PP) 10/05 S.464-465

Heintz, B. (2008) Vortragsabdruck Internationaler Kongress Wien „Mensch und Pferd im Dialog“: Erziehung und Entwicklungsförderung oder Psychotherapie seelischer Erkrankung? Versuch einer wertschätzenden Unterscheidung von heilpädagogischer und psychotherapeutischer Arbeit mit dem Pferd  
in: Mitteilungen ÖKThR 1/08

Heintz, B. (2018) Das Pferd als Symbol in Mythen, Märchen, Träumen und psychotherapeutischen Prozessen in: Psychotherapie mit dem Pferd, Beiträge aus der Praxis, Band 2 S. 169-189

Heintz, B. (2020) Empathie auf vier Hufen - Einblicke in Erleben und Wirkung pferdegestützter Psychotherapie Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

Heintz, B. (2020) Heilpädagogik - Traumapädagogik - Psychotherapie; Schnittstellen und Berührungspunkte. Fachbeitrag DKThR Zeitschrift Therapeutisches Reiten 3/ 2020 S. 28 - 32

Heintz, B., Weiger, M. (2020) Pferdegestützte Psychotherapie - Heilsame Wirkung auf die Seele, Deutsches Ärzteblatt PP 6/20

Heintz, B., Weiger, M. (2020) Pferdegestützte Psychotherapie - Ein neues Fachgebiet und zwei Pilotprojekte, Fachbeitrag DKThR Zeitschrift Therapeutisches Reiten 2/2020 S. 28 - 34

Weiger, M. (2005) Pferde – Wegbegleiter aus der Depression in: Psychotherapie mit dem Pferd – Beiträge aus der Praxis S. 94-108

Weiger, M. (2018) Frau Hauser und das Kind im Keller - Stationen einer tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie mit Pferden bei einer Patientin mit Posttraumatischem Belastungssyndrom in: Psychotherapie mit dem Pferd, Beiträge aus der Praxis, Band 2 S. 35-51

Postmünster, im Januar 2021

Birgit Heintz

[www.kroed.de](http://www.kroed.de)