

Was bewegt ein Pferd, zu einer Lösung beizutragen?

Aktueller Stand der Folgestudie zur Wirksamkeit pferdgestützter Psychotherapie in der ambulanten Praxis¹.

¹ Die Studie wird unter der Leitung von B. Heintz und Dr. M. Weiger in Kooperation mit der Sigmund Freud Privatuniversität (SFU) Linz, Studiengang Psychotherapiewissenschaft, durchgeführt. Sie wurde von der Susan Bach Foundation Zürich, der Heidehof Stiftung und der Prof. Dr. Heicke Stiftung gefördert.

Eine Stute löst sich aus ihrer fünfzig Meter entfernt grasenden, kleinen Pferdeguppe und geht auf eine von Trauer überwältigte, von ihrer Therapeutin und den Pferden abgewandt stehende Patientin zu. Die Stute nähert sich langsam und zunächst unbemerkt, sie berührt die Patientin mit ihren Nüstern an Schulter und Rücken, dann in den Kniekehlen, um schließlich ihren Kopf so unter den Arm der Patientin zu schieben, dass diese sich dem Pferd zuwenden, es wahrnehmen muß. Sie lächelt, berührt das weiche Maul des Pferdes, dann schauen beide einander in die Augen. Schließlich schmiegt sich das Pferd mit seinem Kopf an das Gesicht der Patientin und läßt sich von ihr für eine ganze Weile über die Nase streicheln.

Die Patientin wendet sich nun ihrer Therapeutin mit fragend stauendem Blick zu. „Wie ist das so?“, greift diese die unausgesprochene Frage auf, „Sie sind traurig, und sie kommt zu Ihnen?“ „Ja“, antwortet die Patientin, „sie hat mich richtig angeguckt - es war fast so, als hätte sie mich trösten wollen“. Beide schweigen. „Und wie ist das so, getröstet zu werden?“ fragt die Therapeutin. „Ungeohnt“, antwortet die Patientin – mich tröstet ja sonst niemand.“ Nun gras das Pferd zwischen den beiden Menschen und nimmt im Laufe des weiteren Gesprächs immer mal wieder Kontakt sowohl zur Patientin als auch zur Therapeutin auf.

Patientinnen sind mutig bereit, ihren therapeutischen Prozeß per Video dokumentieren zu lassen, und Psychotherapeutinnen lassen sich in ihrer Arbeit großzügig „über die Schulter schauen“.

Die Sequenz – an dieser Stelle nur grob referiert - wurde im Rahmen unserer zweiten Studie² im Herbst 2021 von der Therapeutin mit einer Bodycam, einer kleinen, unauffälligen, am Körper frontal befestigten Kamera aufgenommen. In dieser „Mikrosituation“ mit dem Pferd verdichtet sich die momentane, komplexe Problematik der Patientin, und sie enthält eine mögliche (Auf-)Lösung. Zu beobachten ist die zunächst abseits stehende, leise weinende Patientin, dann die von der Stute ausgehende Interaktion, schließlich die Intervention der Therapeutin. Es wird wenig, fast gar nicht gesprochen in dieser Szene – der Raum für emotionale Reaktionen, Fantasien, mögliche Projektionen und Interpretationen ist weit. Reagiert das Pferd auf die Patientin? „Spürt“ es, was in ihr vorgeht? Ist es „nur“ neugierig? Was hat die Stute dazu bewegt, ihre recht entfernt stehende Herde zu verlassen? Warum geht sie nicht zu der ihr viel vertrauteren Therapeutin? Was hat es zu bedeuten, dass die Patientin sich – in diesem Moment – mit ihrer Trauer nicht ihrer Therapeutin anvertrauen oder zumuten mag? Und was bedeutet es für sie, ein „Getröstetwerden“ durch das Pferd zu erleben? Was alles verbirgt sich hinter ihren Worten: „mich tröstet ja sonst niemand“?

Wir – Marika Weiger und Birgit Heintz – befinden uns im letzten Drittel der Datenerhebung zu dieser im Frühjahr 2021 begonnenen Folgestudie. Während wir in unserer ersten Studie (2019 – 2020) retrospektiv arbeiteten³, begleiten wir diesmal Therapieverläufe von Anfang an, d.h. wir arbeiten prospektiv. Inzwischen ist über ein Jahr vergangen, in dem wir den Therapieprozess dieser Patientin begleiten, sie über die Videoaufnahmen ihrer Sitzungen bei den Pferden, die regelmäßigen Verlaufsinterviews mit ihrer Therapeutin und ein persönliches Gespräch kennenlernen durften. Sie ist eine von – Stand November 2022 – zwölf Patientinnen, die bereit waren, den Teil ihrer Psychotherapie, der mit und bei den Pferden ihrer Therapeutin stattfindet, videodokumentieren zu lassen. Ihre Psychotherapeutin ist eine von insgesamt acht Kolleginnen, die sich auf diese Weise „über die Schulter schauen“ und mit weiteren Beobachtungsinstrumenten (Befindlichkeitsskala nach Zerssen, pferdespezifischer Fragebogen, abschließender Auswertungsprozess) begleiten lassen.

Wir erhalten die Videoaufnahmen jener Therapieeinheiten, die – meist im Wechsel mit den „konventionellen“ in der Praxis – bei den Pferden stattfinden, nach jeweils vier Stunden. Sobald wir dieses Material gesichtet haben, treffen wir uns mit den Therapeutinnen online zu semistrukturierten Verlaufsinterviews, die ebenfalls aufgezeichnet werden.

2 Vergl. Heintz, B., Stephenson, A. (2021) Neue Studie zur pferdegestützten Psychotherapie in der ambulanten Praxis - Ein Projekt zeitgemässer Psychotherapieforschung, DKThR-ZTR, Ausgabe 2/2021 S. 10 - 11
Das Studienkonzept findet sich unter <https://kroed.de/wp-content/uploads/2021/08/Studienkonzept.pdf>

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

Mit relativ großzügigem Fokus auf therapeutisch besonders relevant erscheinende Situationen erstellen wir Zusammenschnitte dieser je vier Stunden. Hierzu berücksichtigen wir selbstverständlich auch die Schilderungen der behandelnden Therapeutinnen und die von ihnen als bedeutsam erlebten Sequenzen. Uns interessieren vor allem jene besonderen „Resonanzkonstellationen“, die sich in den therapeutischen Mensch-Pferd-Mensch-Begegnungen als oft erstaunliche, tief berührende, gemeinsam mit der Therapeutin erlebte „Gegenwartsmomente“⁴ ereignen. Gemeint sind Momente, in denen sich das Verhalten der Pferde unmittelbar auf die innere Situation der Patientin zu beziehen scheint, oder die Patientin es zumindest so empfindet und daraus auf diese besondere Weise Empathie erfahren, bestenfalls Sinn und Selbsterkenntnis schöpfen kann. D. Stern fasst solche Gegenwartsmomente – vor allem, wenn sie auch noch in Worte gefasst sind – als eine „Welt in einem Sandkorn“ auf und schreibt ihnen als hoch emotional verankerte Erfahrung ganz wesentliches Entwicklungs- und Veränderungspotenzial zu.

Zum jetzigen Zeitpunkt liegen circa hundert Stunden Videoaufzeichnung im Originalmaterial und circa zwanzig Stunden videoaufgezeichnete Verlaufsinterviews vor. Angestrebt war und ist die Begleitung von etwa fünfzehn Therapieverläufen. Mit dem Team um Prof. Thomas Stephenson (SFU) besprechen wir in regelmäßigen Abständen unser sich im Sinne einer „rollenden Planung“ stets verfeinerndes Vorgehen. So stellte sich beispielsweise „unterwegs“ heraus, wie sehr das gemeinsame Betrachten ausgewählter Videoszenen durch die Therapeutinnen und ihre Patientinnen das Erlebte nochmals zu vertiefen vermag.

Im März 2022 trafen wir uns mit dem gesamten Forschungsteam zu einer ersten Klausurtagung in Linz, um an drei halben Tagen drei Verlaufs zusammenschnitte zu betrachten, wirken zu lassen und uns in einen ersten Live- bzw. Hybrid-Austausch mit den behandelnden Psychotherapeutinnen zu begeben. Neben vielen anderen Themen wurde hier immer wieder die Frage diskutiert und reflektiert, inwieweit der Forschungshintergrund – d.h. die Videoaufnahmen, die Verlaufsinterviews, der Glanz oder auch die Skepsis im Auge der Interviewerinnen – die Therapieprozesse beeinflussen, bestenfalls vielleicht sogar fördern.

Zur Frage der Auswertung - tiefenhermeneutische (Video-) Analyse als Methode qualitativer Psychotherapieforschung

Unsere Videozusammenschnitte, d.h. die unter Abgleich mit den Berichten der Psychotherapeutinnen vorgenommene Auswahl der Szenen, stellen bereits einen ersten, auf unsere persönliche Vorerfahrung zurückgreifenden Auswertungsschritt im Sinne des oben skizzierten Fokus dar. Die weitere Be- und Verarbeitung dieses Materials dient dem Zweck, eigene Interpretationen zu ergänzen, aufzuweiten und anzureichern. Die nonverbale, körpersprachliche Kommunikation der Pferde ist jedoch nicht – wie die verbale Kommunikation der beteiligten Menschen – einer qualitativen Textanalyse zu unter-

4 Stern, D. (2005), Der Gegenwartsmoment - Veränderungsprozesse in Psychoanalyse, Psychotherapie und Alltag, Frankfurt a.M.: Brandes&Apsel

ziehen. Es braucht also ein geeignetes Instrument, das „Szenische“ in solchen besonderen Mensch-Pferd-Begegnungen, d.h. das Atmosphärische, Unausgesprochene, aber Fühl- und Spürbare zu erfassen und uns dem eigentlich Unverfügbaren, soweit es sich in den Videoaufnahmen vermittelt, zumindest anzunähern.

Vielversprechend in diesem Sinne ist die **Methode der tiefenhermeneutischen Analyse**. Tiefenhermeneutische Analysen haben ihren Ursprung in der psychoanalytischen Sozial- und Kulturforschung. Die Tiefenhermeneutik nutzt die Subjektivität der Forschenden – ihre Affekte, Assoziationen, Irritationen und Fantasien zu den untersuchten Themen, Texten, oder Interviews, bzw. in unserem Fall den zu untersuchenden Videosequenzen und Therapievignetten. Dabei wird angenommen, daß sich unterhalb der manifesten, bewussteinnahen Bedeutungsebene eine eigenständige, latente, d.h. eher unbewusste oder nicht unmittelbar verfügbare Sinnebene verbergen kann. Ziel ist die annäherungsweise Enträtselung dieser unbewußten Bedeutungsinhalte in einem **Prozeß des „szenischen Verstehens“**. Inwieweit wir für unseren interdisziplinären psychotherapeutischen Kontext den traditionellen Begriff des Latenten öffnen und erweitern sollten, wird Teil unserer gemeinsamen Diskussion sein.

Latent sind in unserem Zusammenhang vielleicht auch die zu vermutenden „Motivationen“ hinter dem beobachtbaren Verhalten der Pferde, latent im weitesten Sinne sind diese feinen, oft hoch beeindruckenden, nicht-sprachlichen Resonanzprozesse bzw. deren potenziell sinnstiftende Bedeutung für beide Therapiepartner.

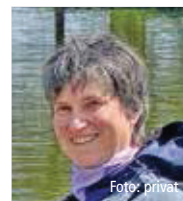
Allen Patientinnen, die uns Einblicke in ihre Erfahrungen mit den Pferden in ihrer Therapie erlauben, sind wir zutiefst dankbar – ebenso ihren Therapeutinnen, die bereit waren, uns so intensiv teilhaben zu lassen und einzubeziehen. Auf der **Suche nach einer angemessenen Methode partizipativer Psychotherapieforschung** auf einem Gebiet, das eigentlich nur einen sehr kleinen Raum in der Weite der heutigen Psychoterapielandschaft bezeichnet, beschreiten wir exemplarisch neue Wege. Das Engagement, der Enthusiasmus, mit dem das Team um Prof. Dr. Thomas Stephenson uns begleitet, ist begeisternd – und wir sind hoch gespannt auf die Fortsetzung der gemeinsamen Reise im kommenden Jahr.

Die Autorinnen:



Birgit Heintz

Psychologische Psychotherapeutin, Lehranalytikerin und Supervisorin (Bayerische Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten und der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten) mit Praxis in Postmünster (Niederbayern)
Reitwart / Trainer B (FN)
bheintz@kroed2.de



Dr. med. Marika Weiger

Ärztin für Psychosomatik und Psychotherapie, Balintgruppenleiterin (Bayerische Landesärztekammer) mit Praxis in Pfarrkirchen (Niederbayern)
Reitwart / Trainer B (FN)
www.psyche-und-pferd.de

Abgeschlossen und veröffentlicht

Meta-Analyse zur pferdgestützten Therapie auf neurophysiologischer Grundlage (Hippotherapie) für Kinder mit Zerebralparese



Das Ergebnis der Studie unter der wissenschaftlichen Leitung von Univ.-Prof. Dr. med. Martin Häusler (Kinder- und Jugendmedizin, Arzt für Neuropädiatrie am Universitätsklinikum Aachen) ist eine signifikant positive Wirkung der Behandlung auf die Grobmotorik insgesamt sowie auf die motorischen Fähigkeiten beim Gehen.

Die Studie ist in der Zeitschrift PEDIATRICS. 2022; 150 (1) e2021055229 erschienen. Originaltitel: Equine-Assisted Therapies for Children With Cerebral Palsy: A Meta-analysis (Nicole Heussen, PhD |Martin Häusler, MD)

Hier gelangen Sie zur Publikation:

