

## Resilienzförderung durch Horse Assisted Education

(Übersicht wurde der Masterarbeit von Katharina Baack entnommen)

PFERD ALS TRAINER	RESILIENZFAKTOR
Umgang mit unterschiedlichen Pferdecharakteren	<p><b>Soziale Kompetenz</b> Sich einfühlen in andere, soziale Situationen einschätzen</p> <p><b>Fremdwahrnehmung</b> Andere und ihre Bedürfnisse wahrnehmen</p>
Reaktion des Pferdes auf (unbewusste) Gefühle und Emotionen	<p><b>Selbstwahrnehmung</b> Wahrnehmung der eigenen Gefühle, Emotionen und tieferliegenden Gedanken/Glaubenssätze</p> <p>Voraussetzung für <b>Selbststeuerungsfähigkeit</b> Regulation der Gefühle</p>
Aufdecken blinder Flecken (sowohl positiver als auch negativer) durch Feedback der Pferde	<p><b>Selbstwirksamkeitsüberzeugung</b> Kennen der eigenen Stärken und Schwächen</p>
Nutzen verschiedener Strategien zur Aufgabenbewältigung	<p><b>Problemlösekompetenz</b> Entwicklung verschiedener Problemlösestrategien</p>
Innehalten und Neubewertung schwieriger Situationen	<p><b>Umgang mit Stress</b> Reflexion und Bewertung der Situation</p>
Änderung des Pferdeverhaltens bei Änderung des Menschenverhaltens	<p><b>Selbstwirksamkeitsüberzeugung</b> Wissen um Auswirkungen des eigenen Handelns</p>
Neuansprache von bisher ungenutzten und unbekanntem Ressourcen	<p><b>Selbstwirksamkeitsüberzeugung</b> Aufdecken neuer Fähigkeiten und Stärken</p>
Umgang mit Unsicherheit durch Unplanbarkeit der Situation aufgrund des Lebewesens Pferd	<p><b>Selbststeuerungsfähigkeit</b> Bewältigung innerer Anforderungen</p>
Handlungsfähigkeit trotz Unsicherheit und dadurch Gewinn an Souveränität	<p><b>Selbstwirksamkeitsüberzeugung</b> Zugewinn einer neuen Stärke und Wissen darum</p>

Abbildung 3: Effekte des Pferdes als Trainer in Bezug zu den Resilienzfaktoren (eigene Darstellung)

Die beschriebenen Eigenschaften und Auswirkungen der Horse Assisted Trainings legen eine positive Wirkung dieser Methode auf die Resilienzförderung von Mitarbeitern nahe. Venema (2011: 5) hält fest, dass für die Entwicklung persönlicher Kompetenzen eine Methode erfordert, die über die Vermittlung von Wissen hinausgeht. Hierfür habe sich Horse Assisted Education bewährt. Auch Pottmann-Knapp (2011) hat in einer umfassenden Analyse einer Vielzahl von Studien zur tiergestützten (Psycho)Therapie viele Hinweise darauf gefunden, dass der Einsatz von Tieren in „Präventiv- und Resilienzsettings sinnvoll ist“ (ebd.: 305). Wie in Kapitel **Fehler! Verweisquelle konnte nicht gefunden werden.** beschrieben, wird Resilienz nur in Belastungssituationen sichtbar und erlernbeziehungsweise förderbar. Bewusst entwickelte Übungen mit Pferden, die Belastungssituationen kreieren, sollten somit einen optimalen Rahmen zur Förderung von Resilienz bilden. Die Überprüfung dieser Annahme, erfolgte im Rahmen eines empirischen Forschungsprojektes.