



Markus Weiß (l.), Markus Malkoff und Therapeutin Sabine Baumeister spielen mit dem Ponywallach Sancho Fußball

THERAPEUTISCHES REITEN

Spielend den Menschen helfen

Strahlende Kinderaugen und jubelnde, Fußball spielende Männer – beim therapeutischen Reiten kann vielen Menschen mit körperlichen, geistigen oder psychischen Problemen **dank der Pferde** geholfen werden

Text und Fotos: Ilja van de Kasteel

Ronja“, ruft Markus Malkoff mit fast zärtlicher Stimme in Richtung Stallgasse. Von dort kommt ein freundliches Brummeln zurück. Die Paint-Stute hat seine Stimme erkannt und ihren Freund begrüßt. Das Gesicht des 35-Jährigen verwandelt sich in ein einziges Lachen. „Ronja“, ruft er noch einmal und eilt mit strahlenden Augen um die Ecke. Ronja erwartet uns mit

„Pferde haben keine zweideutigen Signale, keine versteckten Absichten. Sie geben ein ehrliches Feedback.“

gespitzten Ohren und einem freundlichen, offenen Blick. Sabine Baumeister, Leiterin des Reittherapiezentrums Equimotion (www.equimotion.lu), öffnet die Boxentür. Neugierig reckt Ronja ihren Hals und spitzt die Lippen. Markus hält eine Möhre in der Hand, die sie vorsichtig nimmt. Sein Freund, der ebenfalls Markus heißt, reicht Ronja eine zweite Möhre. Genüsslich lässt sie sich auch diesen Leckerbissen schmecken.

Ronja ist eines von vier Therapiepferden, die für Equimotion arbeiten. Wobei diese Formulierung nicht ganz richtig ist: Pferde sind hier keine Angestellten, sondern Familienmitglieder. Entsprechend wichtig ist das Vertrauen zwischen Pferd und Mensch. „Die Pferde müssen wissen, dass sie auch ihre Gefühle äußern dürfen“, erklärt Sabine, die seit ihrem sechsten Lebensjahr reitet. Aus den Reaktionen der Pferde erfährt sie sehr viel über ihre Klienten und die Klienten über sich selbst. Das geht natürlich nicht, wenn das Pferd stoisch seine Runde an der Longe dreht, egal, was passiert. Ihre Pferde sind neugierig und treten gerne mit Menschen in Kontakt. Und es sind echte Charakterköpfe, individuell sehr verschieden. „Ronja zum Beispiel muss ich immer genau erklären, was von ihr erwartet wird. Und vor allem, warum sie etwas tun soll“, erzählt Sabine. „Dafür ist ihre Ruhe und Ausgeglichenheit unglaublich.“ Trotzdem verzögert sich ihr Einsatz etwas, denn mit Markus und Markus hat Sabine erst etwas anderes vor. Und dafür ist Sancho der ideale Partner.

WUSSTEN SIE SCHON?
Bei Equimotion können Sie auch eine Ausbildung zum Reittherapeuten machen

Der Wallach spielt gerne Fußball

Der 15-jährige Ponywallach hat ein ganz besonderes Talent, das wohl auch Fußballbundestrainer Jogi Löw begeistern würde: Er spielt für sein Leben gerne Fußball, genau wie Markus Malkoff und Markus Weiß. Die beiden kennen sich auch im normalen Alltag sehr gut – sie leben beide bei der Lebenshilfe.

Sanchos Box liegt ein paar Meter weiter im anderen Boxentrakt. Auch Sancho wird fröhlich begrüßt, Markus Malkoff gibt ihm sogar freudestrahlend einen Kuss neben die Stirn. Die positive Wirkung, die die Pferde auf ihn ausüben, ist nicht zu übersehen. Für Sabine Baumeister sind sie die idealen Partner in der Therapie. »



Ronja spitzt die Lippen, um an die Möhre zu kommen, die Markus für sie hat

„Pferde kommunizieren analog“, erklärt sie. „Sie haben keine zweideutigen Signale, keine versteckten Absichten. Im Gegenteil, sie drücken mit ihrer Körpersprache relativ direkt ihre inneren Befindlichkeiten aus.“ Sie sind authentisch und unterscheiden nicht zwischen Fühlen und Handeln. Dieses ehrliche Feedback wird von Menschen häufig besser angenommen als das

eines Menschen. Zudem ist die Geschichte von Mensch und Pferd schon sehr lange eng miteinander verbunden. Pferde sprechen die Emotionen der Menschen in ganz besonderer Weise an. Neben dieser geistig-emotionalen Ebene gibt es natürlich auch eine körperliche: „Vom Rücken eines Pferdes übertragen sich Schwingungsbewegungen auf

WUSSTEN SIE SCHON?
Reittherapie wird von den gesetzlichen Krankenkassen in der Regel nicht bezahlt

den Reiter, die zu einem Bewegungsdialog zwischen Mensch und Pferd führen. Dabei muss die Muskulatur ständig angespannt und wieder entspannt werden.“ Markus Malkoff und Markus Weiß haben mittlerweile mit Hilfe von Sabines Assistentin Sancho von seiner Box zum Putzplatz geführt, wo sie ihn striegeln und ihm die Hufe auskratzen.

Auch hier drückt Markus Malkoff den Ponywallach immer wieder an sich und herzt ihn. Sobald Sancho auf Hochglanz poliert ist, führen ihn Markus und Markus, immer unterstützt von Sabine oder ihrer Assistentin, zum Reitplatz.

Die Männer lieben das Pony Sancho

Wer bisher bei Reittherapie immer an Longenstunden mit einem ausgebundenen Pferd und so viel Sicherheitsvorkehrungen wie nur möglich gedacht hat, ist bei Sabine fehl am Platz. „Würde ich das Pferd als reines Therapiegerät ansehen, blieben so viele Chancen der Behandlung ungenutzt“, sagt sie mit Nachdruck. „Bei mir sollen alle Klienten im Rahmen ihrer Möglichkeiten mitbestimmen, was gemacht werden soll. Durch dieses selbstbestimmte Handeln lernen sie, sich



Kein Sattel, die Bewegungen sollen sich möglichst direkt übertragen

ihrer Fähigkeiten bewusst zu werden, diese richtig einzuschätzen und an den Erfolgen zu wachsen.“ Auch wenn Sabine jede Therapiestunde vorher plant, entscheidet sich erst kurz vorher, was an diesem Tag wichtig ist und was überhaupt geht. Dabei möchte sie flexibel auf die Bedürfnisse der Klienten eingehen, hat aber auch die Tagesform der Pferde im Blick. „Hätte einer von den beiden Markussen heute keine Lust zum Fußballspielen, müsste ich die Stunde natürlich vollkommen anders angehen.“ Zum Glück ist das aber nicht der Fall, und wenig später entbrennt ein spannendes Spiel zwischen

Markus und Markus, Sancho, Sabine und ihrer Assistentin. Mit einem großen Gymnastikball schießen sie erstklassige Pässe, Flanken und Schüsse direkt aufs Tor.

Nach dem Spiel wird Sancho wieder zurück in seine Box gebracht, denn jetzt steht Reiten auf dem Programm. Und das findet der 15-Jährige nur bei Kindern richtig super. Ronja dagegen hat da weniger Vorbehalte. Auch sie wird wieder ausgiebig geputzt und bekommt anschließend ein Pad und einen Voltigiergurt aufgelegt. Und wieder geht's zurück zum Platz. Markus Malkoff darf zuerst, zieht sich einen Helm an und steigt »



Sabine Baumeister erklärt Markus Weiß die Route, die er reiten soll



Gib mir fünf! Markus M. ist von der Stunde begeistert

Die Stimmung ist ausgelassen und fröhlich. Jeder – Mensch und Pferd – ist stolz auf seine erbrachte Leistung.

mit Sabines Hilfe von einem Podest auf Ronjas Rücken. Kaum sitzt er oben, reckt er beide Daumen gleichzeitig in die Höhe, und sein Gesicht ist wieder ein einziges Lachen. Sabine führt Ronja im Schritt, und Markus macht Koordinationsübungen und wirft Bälle in am Boden stehende Eimer. Dann bekommt er einen großen Schaumstoffwürfel, den er auf den Boden werfen soll. Die angezeigte Zahl bestimmt, wie viele Schritte er reiten und wann er anhalten soll. Assistent von Sabine führt Markus Weiß Ronja dabei im Kreis. Dann heißt es wechseln. Markus Weiß zieht sich den Helm auf und steigt ganz ohne Hilfe vom Podest auf Ronjas

Rücken. Weil er schon ein wenig fortgeschrittener ist, darf er sogar am Führstrick traben und selbstständig im Slalom um aufgestellte Pylonen reiten. Dabei lenkt er Ronja sowohl mit seinem Körper als auch mit am Halfter befestigten Zügeln. Viel zu schnell geht die Therapieeinheit zu Ende. „Schade“, sagt Markus Malkoff mit einem sehnsüchtigen Blick zu Ronja, die jetzt auf ihren nächsten Klienten wartet. Die fünfjährige Anna hat einen gestörten Gleichgewichtssinn. Da der für die Entwicklung der Feinmotorik benötigt wird, ist sowohl ihr Gang unsicher und stockend

WUSSTEN SIE SCHON?
Die Pferdebewegung schult den Gleichgewichtssinn und verbessert so die Feinmotorik

als auch ihre Sprache: Anna kann nur wenige Wörter sagen. Was zuerst überrascht, ist schnell erklärt. Sprache ist Feinmotorik in ihrer höchsten Form. Gerade hier kann eine pferdegestützte Therapie begleitend zur normalen Behandlung helfen. Überhaupt ist die Palette der Einsatzmöglichkeiten sehr breit gefächert: Sie reicht von psychischen und körperlichen Entwicklungsschwierigkeiten und Verhaltensauffälligkeiten über emotionale Probleme bis hin zur Unterstützung der Rekonvaleszenz von Patienten mit Burn-out-Syndrom. Wobei gerade der Fall der kleinen Anna zeigt, wie wunderbar – manchmal sogar wundersam – Pferde den Menschen helfen können. Denn Anna kam nicht freudestrahlend in den Stall, im Gegenteil, bei ihrem ersten Termin hat sie nur geschrien. „Ich habe sie dann zu Ronja in den Paddock gebracht“, erzählt Sabine. Die Stute näherte sich Anna ganz langsam. Irgendwann hat die das gemerkt und den Kopf zu Ronja gedreht. Die beiden haben sich lange einfach nur angeschaut. „Dann wollte Anna zu ihr hin und hat sie gestreichelt. Wenige Minuten später wollte sie aufs Pferd, hielt sich in der Mähne und wollte gar nicht mehr runter“, erzählt

„Bei ihrem ersten Besuch hat Anna nur geschrien. Mittlerweile möchte sie gar nicht mehr vom Pferd runter.“



Anna sitzt direkt vor ihrer Mutter



Die fünfjährige Anna freut sich riesig, als sie Ronja berührt und streichelt

Sabine mit einem glücklichen Lächeln. Jetzt, bei der fünften Einheit, kommt Anna sofort mit einem Lachen zu Ronja.

Anna möchte sofort sprechen

Gemeinsam mit ihrer Mutter, der 38-jährigen Ruth Cardoni, steigt sie auf ihren Rücken. Wobei Anna vor dem Voltigiergriff sitzt. Das macht

Sabine ganz bewusst so. „Sonst wird sie zwischen dem Griff und ihrer Mutter fixiert, und die Bewegungen des Pferdes kommen weniger stark bei ihr an.“ Um das Kind zusätzlich zu sichern, geht Sabine immer nebenher, während ihre Assistentin Ronja führt. Was sofort auffällt: Anna ist nicht nur glücklich und lacht völlig befreit, sie brabbelt auch ständig. „Sie ist sehr mitteilungsbedürftig“, bestätigt ihre Mutter.



Die Bewegung stimuliert den Gleichgewichtssinn

Um dieses Bedürfnis in konkrete Sprache zu lenken, folgt die Therapieeinheit immer der gleichen Routine: Zu einer Handlung wie dem Anreiten oder Anhalten gehört immer ein bestimmtes Wort. Auch bei Anna fällt auf, welche positive Wirkung Pferde auf Menschen mit Problemen haben. Das Mädchen ist einfach nur glücklich und möchte dieses Glück auch lautstark mitteilen. 🐾



Während des gesamten Rittes fasst Anna immer wieder in die Mähne