

# Die Wirkung pferdegestützter Beratung



Was kann Beratung mit dem Pferd bewirken, wie unterscheidet sich pferdegestützte Beratung und welchen Effekt hat das Pferd? Diesen und weiteren Fragen widmet sich die qualitative Studie von Mag. Helene Pusswald, MSc - Lebens- und Gestaltberaterin.

## Studienbeschreibung

### *Fragestellung:*

Wie wirken pferdegestützte Interventionen in der Beratung, Psychotherapie und im Coaching und wie wirkt das Pferd? Was ist das Besondere am Pferd? Welche Rollen kann es einnehmen?

### *Zielpersonen:*

Erwerbstätige aus Gesundheitsberufen, beratenden und sozialen Berufen

### *Inhalt:*

Teilnahme an einer psychosozialen Beratungseinheit mit Pferd (50 min)  
zum Thema Gesundheitsvorsorge sowie anschließende telefonische Befragung (20 min)

*Zeitraum:* Juni-September 2025 - *Ort:* Gestüt Kreuzenstein, Niederösterreich

*Leitung:* Mag. Helene Pusswald, MSc - Lebens- und Gestaltberaterin

## Abstract

Die vorliegende qualitative Studie untersucht die Wirkung pferdegestützter Interventionen im Rahmen von psychosozialer Beratung bzw. Gestaltberatung. Ziel war es, die Wirkung des Beratungsprozesses mit Pferden und den Effekt des Pferdes im Zuge der Beratung zu erforschen.

Die Studie wurde im Sommer 2025 am Gestüt Kreuzenstein (Niederösterreich) mit zehn Personen aus Gesundheitsberufen, beratenden und sozialen Berufen zum Thema Gesundheitsvorsorge durchgeführt. Diese nahmen an einer 50-minütigen pferdegestützten Einzelberatung teil und wurden zwei Wochen später darüber telefonisch befragt (fokussierte Interviews nach Merton). Die Daten wurden mittels qualitativer Inhaltsanalyse und induktiver Kategorienbildung auf Grundlage der Vergleichsstudie von Robert Koch (2011) ausgewertet.

Aus der Befragung wurden folgende zentrale Wirkungsfaktoren abgeleitet: Sicherheit und Vertrauen, Entspannung, Beziehung, Spiegelung, Kommunikation, Wahrnehmung, Methoden, Transfer in den Alltag und Selbsterfahrung. Darüber hinaus wurden Rollen und Ausstrahlungselemente des Pferdes als Teile der Gesamtwirkung identifiziert. Das Pferd wurde als gelassen, ehrlich und sensibel beschrieben, es wirke entspannend und fördere Vertrauen. Das Setting „Mensch - Berater\*in - Pferd“ ermöglicht neue Beziehungs- und Entwicklungserfahrungen.

Im Vergleich zur systemisch orientierten Studie von Koch (2011) zeigen sich deutliche Parallelen in der entspannenden Wirkung sowie in den Bereichen Kommunikation und Wahrnehmung. Der Gestaltansatz legt jedoch besonderen Wert auf experimentelles und erfahrungsorientiertes Arbeiten und die Integration ganzkörperlicher Prozesse.

Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass pferdegestützte Beratung einen förderlichen Zugang zu Selbsterfahrung, Entspannung und persönlicher Entwicklung bietet, was durch die authentische Wirkung des Pferdes unterstützt wird. Trotz der begrenzten Stichprobengröße zeigt die Studie, welchen besonderen Nutzen und welche vielschichtige Bedeutung das Pferd im Beratungsprozess hat.

| Inhaltsverzeichnis                            | Seite |
|-----------------------------------------------|-------|
| 1. Grundlagen                                 | 4     |
| 1.1 Untersuchungskonzept                      | 4     |
| 1.2 Zielgruppen                               | 4     |
| 1.3 Ort der Beratungen                        | 4     |
| 1.4 Der Gestaltansatz                         | 5     |
| 2. Beratungsablauf                            | 6     |
| 2.1 Übung: Pferd führen                       | 6     |
| 2.2 Übung: Stress- und Erholungsfaktoren      | 6     |
| 3. Befragung & Auswertung                     | 7     |
| 3.1 Organisation                              | 7     |
| 3.2 Auswertungsverfahren                      | 7     |
| 3.2.1 Kategorienbildung                       | 7     |
| 3.3 Leitfaden zur Befragung                   | 7     |
| 4. Wirkungsfaktoren der Beratung              | 8     |
| 4.1 Überblick                                 | 8     |
| 4.2 Wirkungsfaktoren Sicherheit & Vertrauen   | 9     |
| 4.3 Wirkungsfaktor Entspannung (Wohlbefinden) | 10    |
| 4.4 Wirkungsfaktor Beziehung                  | 11    |
| 4.5 Wirkungsfaktor Spiegelung                 | 11    |
| 4.6 Wirkungsfaktor Kommunikation              | 12    |
| 4.7 Wirkungsfaktor Wahrnehmung                | 13    |
| 4.8 Wirkungsfaktor Methoden                   | 14    |
| 4.9 Wirkungsfaktor Transfer                   | 16    |
| 4.10 Wirkungsfaktor Selbsterfahrung           | 17    |
| 5. Wirkung des Pferdes                        |       |
| 5.1 Rollen des Pferdes                        | 17    |
| 5.2 Ausstrahlung des Pferdes                  | 18    |
| 6. Studien 2025 und 2011                      | 19    |
| 6.1 Vergleich                                 | 19    |
| 6.2 Zusammenfassung                           | 20    |
| 7. Schlussfolgerungen                         | 21    |
| 8. Ausblick und kritische Reflexion           | 21    |
| 9. Studienleitung und Supervision             | 22    |
| 10. Literaturverzeichnis                      | 22    |
| Bilder                                        | 23    |
| Impressum                                     | 24    |

## 1. Grundlagen

### 1.1 Untersuchungskonzept

Das Grundkonzept der Untersuchung wurde an die Studie „Der Mensch-Tier-Kontakt als Teil der systemischen Therapie“ von Robert Koch (2011) angelehnt.

Koch hat in seiner Arbeit 22 pferdegestützte Therapieeinheiten mit Patient\*innen mit ICD-10 Diagnosen Angst, Depression und BO-Burnout durchgeführt (Koch, 2011, S.64-68). Nach einem kurzen Kennenlernen Pferd und Patient\*in hat er mit einer auf das Pferd angepassten Methode der systemischen Therapie, der „Time-Line“ (Koch, 2011, S.70) je 50 min. gearbeitet. Zwei Monate nach den Therapieeinheiten wurden Telefoninterviews durchgeführt und die Ergebnisse daraus analysiert.

Er definiert schließlich sieben Kategorien, die den Mensch-Pferd-Kontakt ausmachen (Koch, 2011, S.72):

- Pferd als Co-Therapeut
- Veränderung der Selbstwahrnehmung
- Emotionale Selbstreflexion
- Innere Ressourcen
- Positive Emotionalität
- Lösungsfokussierung
- Selbstwertsteigerung

Während Koch systemischer Psychotherapeut ist, wurde die vorliegende Studie von einer Lebensberaterin auf Basis des Gestalt-Verfahrens durchgeführt. Damit unterscheiden sich Zielgruppe, Ziele und Interventionen.

Die Studie „Die Wirkung pferdegestützter Beratung“ untersucht, was Beratung mit dem Pferd bewirken kann und was das Pferd bewirkt bzw. ausstrahlt. Die Beratungseinheiten wurden von der Lebensberaterin Helene Pusswald auf Basis des Gestalt-Verfahrens mit ihrem eigenen Pferd Cilio durchgeführt. Wie Koch hat Pusswald auch die anschließende Telefonbefragung und die Auswertung gemacht.

Die Fragen der Interviews, das Erhebungsverfahren (fokussiertes Interview von Robert K. Merton) sowie der Auswertungsprozess (induktive Kategorienbildung) wurden von der Koch-Studie übernommen (Koch, 2011, S.57-62).

Die hier untersuchte pferdegestützte Beratungsarbeit kann im psychosozialen, psychologischen oder psychotherapeutischen Rahmen sowie im Coaching eingesetzt werden. Dabei wird ausschließlich am Boden auf Augenhöhe mit dem Pferd gearbeitet (kein Reiten).

Im Sommer 2025 wurden zehn pferdegestützte Beratungseinheiten zum Thema Gesundheitsvorsorge durchgeführt. Anschließend wurden die Antworten aus der Telefonbefragung analysiert und folgende Wirkungsfaktoren abgeleitet: Sicherheit & Vertrauen, Entspannung, Beziehung, Spiegelung, Kommunikation, Wahrnehmung, Methoden, Transfer und Selbsterfahrung (Punkte 4.2 - 4.10).

### 1.2 Zielgruppen:

-Personen aus Gesundheits-, beratenden und sozialen Berufen

An der Studie haben 10 Erwachsene, 8 Frauen und 2 Männer teilgenommen, die aktiv einen Gesundheitsberuf, beratenden oder sozialen Beruf (z.B. Berater\*in, Lehrer\*in, Therapeut\*in) nachgehen. Die Überlegung dazu war Personen einzuladen, die ein berufliches und privates Interesse am Thema Gesundheitsvorsorge und eine Grundmotivation zur Arbeit mit einem Pferd haben.

Die Teilnahme an der Studie war kostenlos. Die Anreise zum Stall ist aufwendig. Auf die Wetterbedingungen (Outdoorplatz), die Ausstattung (feste Schuhe) und die Fitness der Teilnehmenden (TN) müssen bei der Arbeit mit Pferden berücksichtigt werden. Einige der Beratungstermine mussten aufgrund schlechter Wetterbedingungen verschoben werden.

Sieben der TN hatten keine Vorerfahrung mit Pferden, eine Person besitzt selbst ein Pferd und zwei Personen hatten vor längerer Zeit Reitunterricht. Es war für alle die erste pferdegestützte Beratung.

### 1.3 Ort der Beratungen

Die pferdegestützten Beratungseinheiten wurden im Gestüt Kreuzenstein in Niederösterreich von Juni-September 2025 durchgeführt. Es standen eine Sand-Koppel und ein Teil des Reitplatzes zur Verfügung.

## 1.4 Der Gestalt-Ansatz

### Experimentelles und existentielles Arbeiten

Gestaltberatung heißt u.a. experimentelles und existentielles Arbeiten. Im Vergleich zu verhaltens- oder systemtheoretischen Konzepten geht es um ein „Höchstmaß an Wahrhaftigkeit im zwischenmenschlichen Austausch durch bewusstes Wahrnehmen dessen, was ist, und durch Erkundung der Bedeutung dessen, was im Hier und Jetzt vorgefunden wird.“ (Fuhr, 2001, S.418)

Der Kontakt mit Pferden bietet eine natürliche Basis für phänomenologisches Vorgehen und Erforschen: Wahrnehmen, was ist im Hier & Jetzt. Das Pferd (re)agiert vorurteilsfrei, authentisch und kooperativ.

Die Arbeit mit dem Pferd ist eine erlebnisorientierte und aktivierende Methode und unterstützt *ganzheitliches* Erforschen: *was spüre und was denke ich? wie erlebe ich mich?* In der Kommunikation mit dem Pferd können Erfahrungen leichter wahrgenommen und bearbeitet werden. Unbewusste, verdrängte Themen/ Muster werden sichtbar und veränderbar.

Auf einer existentiellen Ebene geht es um das *Erkennen, was ist*. Demnach stellt sich Veränderung ein, wenn wir „akzeptieren“, was ist. Das Entscheidende ist der ganzheitliche, bewusste Transfer ins Leben von dem, was ist bzw. was existentiell ist (Beisser, 2009).

Das experimentelle Praxisprinzip bedeutet auch: *Was ge-*

*geschieht, wenn?* „Es geht um Erproben von Handlungsmöglichkeiten, die immer wieder verworfen und verändert werden können, oder – um es mit dem Gestaltkonzept auszudrücken – um 'kreative Anpassung', ohne den Pol der Zielorientierung und Kontrolle ganz außer Acht zu lassen“ (Fuhr, 2001, S.433). Somit sind Experimente oder Übungen Grundelemente der Gestaltberatung.

### Wahrnehmung-Achtsamkeit-Bewusstheit

Zentrale Themen in der Gestalt sind die ganzheitliche Wahrnehmung, Awareness, Achtsamkeit, Konzentration, Bewusstsein und Bewusstheit. Fritz Perls, Gründer der Gestalttherapie, sieht Awareness als „zentrales Medium, das Veränderung und Wachstum auslöst“ (Perls, 1951). Er kommt 1974 zum Schluss: "Ich glaube, dass es vor allem darauf ankommt, folgendes zu verstehen: Bewusstheit per se - durch und aus sich selbst heraus - kann heilsam sein". Ein Spruch von Perls 1989: „wer nur Auge ist, sieht nicht.“ (Staemmler, Bock, 2007, S.13-43)

Mit der pferdegestützten Arbeit kann die Entwicklung dieser Kompetenzen speziell gefördert werden, da das Pferd den Aufmerksamkeits- bzw. Bewusstheitsmodus der Klient\*innen spiegelt. Es ist Meister ganzheitlicher Wahrnehmung und geduldiger Trainer für Konzentration und Achtsamkeit. Martin Buber (Philosoph 1878-1965) formulierte folgendes Zitat: „Die Augen eines Tieres haben das Vermögen, eine große Sprache zu sprechen“.

### Kontakt in der Gestalt

Die Wahrnehmungsprozesse sind Grundlage der Kontaktarbeit. Mithilfe der Reaktionen des Pferdes können Kontaktmuster sichtbar und bewusst gemacht werden. Durch die Integration des Pferdes kann das dialogische System Klient\*in – Berater\*in als Triade genutzt werden. Die/der Berater\*in kann eine Beobachter- und Übersetzer-Rolle einnehmen und das Pferd als Co-Berater einsetzen. Damit werden Distanzierung und Perspektivenwechsel möglich, die den Erfahrungs- und Erkenntnisprozess unterstützen (Pusswald, 2021).



„Kontakt kommt vom lateinischen „contactus“, was „berühren“ heißt... Kontakt ist der zentrale Begriff der Gestalttherapie... Kontakt ist die Bezeichnung für einen Prozess des Austausches... 'Kontaktfähigkeit' bezeichnet die Fähigkeit, den Kontakt herzustellen und 'Kontaktgrenze' die entsprechende Fähigkeit, sich gegenüber der Umwelt als selbständiger Organismus zu behaupten und die eigenen Bedürfnisse zur Geltung zu bringen“ (Blankertz/ Doubrawa, 2005, S.178).

## 2. Beratungsablauf

Die/der Teilnehmende (TN) wird begrüßt, das Pferd wird vorgestellt und der grobe Ablaufplan erläutert. Vor Beginn der Beratungseinheit werden noch Vorerfahrungen der/des TN mit Pferden abgefragt, das Datenblatt gemeinsam ausgefüllt sowie Sicherheitsaspekte und Umgangsregeln mit dem Pferd – wie z.B. Abstand halten oder Führstrick benutzen – geklärt.

Die/der TN ist einverstanden, dass die Beratungseinheit mittels Audiogerät und Video aufgezeichnet wird. Dann gehen Beraterin, TN und Pferd zum Arbeitsplatz und die Übungen starten.

Die Beraterin leitet die Übungen und versucht laufend ihre Beobachtungen über das Pferd zu integrieren. So können Reaktionen des Pferdes genutzt werden wie z.B.:

- Anspannung: Pferd hebt Kopf
- Entspannung: Pferd senkt Kopf

### 2.1 Übung: Pferd führen

Die erste Übung unterstützt das Kennenlernen TN und Pferd: *"Bitte gehen Sie mit dem Pferd auf dem Platz herum"* (Pferd wird mit dem Strick geführt).

Diese Intervention wird in Anpassung an die Reaktionen der/des TN dann variiert: *"Gehen Sie weiter und denken Sie an das Pferd"* oder *"Gehen Sie weiter und denken Sie an ihren Weg"*, *"Ändern Sie die Richtung"*, *"Wie geht es Ihnen dabei?"* und Ähnliches.

Nach dieser Übungssequenz (ca 15 min) bekommt das Pferd in einer Ecke des Arbeitsplatzes eine Pause (Heu- oder Gras-Fressen).

### 2.2 Übung: Stress- und Erholungsfaktoren

Für die nächste Übung steht Material wie Hütchen, Bänder, Stangen etc. zur Verfügung.

Die/der TN wird ersucht, im Zusammenhang mit dem Thema Gesundheitsvorsorge an 1-2 Stressfaktoren zu denken: *„Welche Dinge/Themen sind denn derzeit im Alltag besonders stressig für Sie?“* und an 1-2 Erholungsfaktoren: *„Wie können Sie sich denn im Alltag am besten erholen? Was machen Sie, um sich zu erholen?“*.

Nach etwas Bedenkzeit ersucht die Beraterin: *"Wenn Sie das überlegt haben, bitte wählen Sie Material dafür bzw. Symbole für ihre Themen aus und positionieren Sie das auf dem Platz."*

Nachdem die/der TN das Material gestaltet bzw. Symbole positioniert hat, erläutert die Beraterin den nächsten Schritt: *"Bitte zeigen Sie nun dem Pferd die Themen bzw. das Material"*. In Anpassung an die Reaktionen der/des TN und des Pferdes ergänzt die Beraterin z.B.: *"Sie können das Pferd hinführen und dem Pferd das Material zeigen. Sie können dem Pferd auch über ihre Themen erzählen."*

Die TN führen das Pferd zu dem Material bzw. zu den Symbolen. Einige erzählen dazu, andere zeigen die Symbole, gehen um das Material herum etc.

Das Pferd reagiert unterschiedlich, beschnuppert die Symbole oder ignoriert sie, stößt Hütchen um oder weicht ihnen aus etc.

Die TN reagieren auch unterschiedlich, sind auf ihre Berichte konzentriert oder beobachten das Pferd. Es kommt vor, dass sie die Symbole noch ändern wollen, oder sie ändern die Richtung.

Je nach Situation, Themen und Inhalt unterstützt die Beraterin mit Fragen wie *„Wollen Sie etwas ändern? Wollen sie noch etwas ausprobieren? Wie soll das Ganze in 3-5 Jahren aussehen? Welche Gedanken gehen Ihnen durch den Kopf? Was fühlen Sie dabei? etc.“*

In diesem Sinne bearbeiten Beraterin und TN die Themen und integrieren die Reaktionen des Pferdes. Die TN berichten über ihre Gefühle und äußern ihre Bewertungen und Interpretationen, die Grundlage für die weitere Themenbearbeitung bieten. Nach etwa 30 min. leitet die Beraterin zur Zusammenfassung über und befragt die TN über ihre Erkenntnisse und Schlussfolgerungen für diese Einheit.



### 3. Befragung & Auswertung

Die Fragen für die telefonischen Interviews wurden aus der Vergleichsstudie 2011 "Der Mensch-Tier-Kontakt als Teil der systemischen Therapie" in Abstimmung mit dem Autor Robert Koch übernommen. Damit können die Erfahrungen der Befragung 2011 berücksichtigt und die Antworten vergleichbar gemacht werden (Punkt 6).

Die theoretische Grundlage zur Auswertung bildet das Modell des fokussierten Interviews (Koch, 2011, S.58 ff). „Das fokussierte Interview bleibt inhaltlich relativ nahe am Untersuchungsgegenstand. Der Interviewer ermittelt auf Basis des Gesprächsleitfadens durch aufmerksames Fragen und Nachfragen, wie der Proband das fokussierte Objekt wahrnimmt, darauf reagiert und

dieses interpretiert und beurteilt.“ (Kirchmair, 2022, S.63). Die Befragungen (je 15 min) wurden mittels Audiogerät aufgenommen und danach transkribiert.

#### 3.2 Auswertungsverfahren

Die Antworten der TN wurden inhaltlich analysiert. Dabei wurden die Textstellen herausgefiltert, die für die Fragestellungen, d.h. die Wirkung der Beratung und die Wirkung des Pferdes, relevant sind. Dann wurden diese relevanten Textstellen auf Gemeinsamkeiten geprüft und zusammengefasst. Für diese zusammengehörigen Textstellen wurde ein Überbegriff ausgewählt und damit eine Kategorie gebildet. Die Kategorien, die die Wirkung von Beratung und Interventionen beschreiben, wurden Wirkungsfaktoren genannt.

#### 3.3 Leitfaden zur Befragung

1. Wenn Sie sich an die Beratungseinheit mit dem Pferd zurückerinnern, was fällt Ihnen spontan ein? Welche Gedanken? Welche Bilder?
2. Gab es Momente, wo Ihnen die Pferdearbeit in der Zwischenzeit bzw. im Alltag eingefallen ist? Beruflich? Privat?
3. Wenn Sie an etwas Konkretes bzw. konkrete Inhalte der Pferdearbeit denken, war da irgendetwas hilfreich? Wenn ja, was?
4. Hat sich bei der Pferdearbeit etwas geklärt? Neue Erfahrungen? Neue Erkenntnisse?
5. Was war das Besondere am Pferd für Sie? Was macht das Pferd aus?

#### 3.1 Organisation

Noch vor den Beratungen wurde die Zustimmung der Teilnehmenden (TN) zur telefonischen Befragung schriftlich eingeholt.

Die Befragungen wurden jeweils 2-4 Wochen nach den Beratungseinheiten von Juni-September 2025 durchgeführt. Im Zuge der schriftlichen Terminvereinbarungen für die Interviews wurden den Teilnehmenden 1-2 Erinnerungsfotos übermittelt.

#### 3.2.1 Kategorienbildung

Die Kategorienbildung wird hier beispielhaft anhand von zwei Antworten erläutert, die als relevante Textstellen eingestuft wurden:  
Textstelle 1: „*Komisches, angenehmes Gefühl mit Pferd zu reden; hätte nicht gedacht, dass man stumm interagieren kann*“  
Textstelle 2: „*Klare Anweisungen sind einfach wichtig. Bei Pferden ist eine leise, sanfte aber klare Kommunikation notwendig, was ich so gerne habe; nicht Schreien, hektisch und laut, was die Menschheit macht, weil sie glauben, umso lauter umso mehr wird man gehört*“

Die Textstellen 1 und 2 wurden gekürzt und relevante Inhalte herausgefiltert: mit Pferd reden, stumm agieren, klare Anweisungen, sanfte und klare Kommunikation

Dafür wurde Kommunikation als Überbegriff gewählt und die Kategorie Kommunikation gebildet. Die klare und nonverbale Kommunikation wurde von mehreren Teilnehmenden genannt und dann als Wirkungsfaktor für die pferdegestützte Arbeit definiert.



#### 4. Wirkungsfaktoren der Beratung

Das Kernergebnis dieser Studie sind die Wirkungsfaktoren, die im Zuge der Auswertung der Befragung abgeleitet wurden (Punkte 4 und 5). Sie beschreiben die Wirkung der pferdegestützten Beratung und die Wirkung des Pferdes:

- Sicherheit & Vertrauen
- Entspannung
- Spiegelung
- Beziehungsarbeit
- Kommunikation
- Wahrnehmung(sänderung)
- Methoden
- Transfer in den Alltag
- Selbsterfahrung
- Rollen des Pferdes
- Ausstrahlung des Pferdes

Die hier abgeleiteten Wirkungsfaktoren lassen sich auch auf die Studie von Koch anwenden. Diese werden im Rahmen der Studie mit den Kategorien von Koch verglichen (Punkt 6.1).

#### 4.1 Überblick

Unter „Sicherheit & Vertrauen“ (Punkt 4.2) wurden Aussagen der Befragten zusammengefasst, die sich auf das Pferd, das Umfeld, die Stimmung und den Ort beziehen. Diese Kriterien beeinflussen das Gefühl von Sicherheit und Vertrauen.

Die Wirkungsfaktoren Entspannung, Spiegelung, Beziehung, Kommunikation und Wahrnehmung (Punkte 4.3 – 4.7) beziehen sich auf spezielle Kompetenzen des Pferdes. Die Tiere besitzen besondere Fähigkeiten, die in der Beratung genutzt werden (Otterstedt / Rosenberger, 2009).

Die Wirkungsfaktoren Methoden (Punkt 4.8) und der Transfer in den Alltag (Punkt 4.9) stehen in engem Zusammenhang mit dem Beratungsverfahren. In der Studie leitet die pferdegestützte Einheit eine Gestaltberaterin (Punkt 2 Beratungsablauf).

In der Gestaltberatung stehen experimentelles und ganzkörperliches Arbeiten mit dem Pferd im Vordergrund (Punkt 1.4 Gestaltansatz). Die Befragten berichten von ihren Gefühlen, öffnen sich und teilen ihre Erfahrungen mit.

Durch die Anwesenheit bzw. die besondere Wirkung des Pferdes entsteht eine Ebene und Beratungssituation, die so nicht im Praxisraum erlebt werden kann. Die Befragten teilen ihre Beobachtungen mit und reflektieren ihre eigenen Aktivitäten sowie die Reaktionen des Pferdes. Diese Rückmeldungen sind unter dem Wirkungsfaktor Selbsterfahrung (Punkt 4.10) zusammengefasst. Im Rahmen der Studie 2011 wurde dazu gesondert die Frage gestellt: *„Wenn Sie an Ihren Selbstwert, Ihr Selbstverständnis denken, wie hat die Pferdearbeit geholfen?“* (Koch, 2011).

Das Pferd kann auch als Projektionsfläche genutzt werden. Es wirkt z.B. wie ein Therapeut oder ein Freund. Auf die Frage, was das Pferd ausmacht, erscheint es sanft, geduldig, stark, ehrlich oder neutral. Diese Antworten werden den Rollen des Pferdes (Punkt 5.1) und der Ausstrahlung des Pferdes (Punkt 5.2) zugeordnet.

Bei der Benennung der Wirkungsfaktoren hat sich die Studienleiterin bemüht, nah an den Antworten der Befragten zu bleiben. Die Interpretation der Beraterin - in diesem Fall der Gestaltberaterin - erfolgt gesondert (Punkt 9).

## 4.2 Wirkungsfaktoren Sicherheit & Vertrauen

Sicherheit und Vertrauen sind generell wichtige Grundlagen für einen erfolgreichen Beratungs- und Therapieprozess. Manchmal ist es schwierig, Vertrauen aufzubauen, wenn Vorurteile oder (un-)bewusste Übertragungen die persönliche Gesprächsbasis stören. Beim Pferd fallen diese Mensch-zu-Mensch Phänomene weg, und es kann eine Vertrauensebene rascher aufgebaut werden (sozialer Katalysator-Effekt auch Eisbrecher-Theorie genannt, Levinson, 1982).

Laut Befragung dieser Studie wird das Pferd neutral und ehrlich erlebt (Punkt 5). Es wirkt wie ein Katalysator, um sich zu öffnen und Probleme mitzuteilen (Levinson, 1982). Einige empfinden den Pferdekontakt als sehr entspannend und locker, was sich auf den Vertrauensaufbau, das Wohlbefinden und damit auf den Gesamtprozess positiv auswirkt.

Bei der Arbeit mit dem Pferd sind spezielle Sicherheitsaspekte zu beachten. Das betrifft die passenden Outdoorkleidung (wetterfest, feste Schuhe), den Arbeitsplatz, die Ausbildung des Pferdes sowie die Vorbereitung der Beratung. In diesem Sinne ist es sinnvoll, bereits vor der Beratung - z.B. bei der Terminvereinbarung - über Gefahren und Risiken aufzuklären. In der Kennenlernphase, d.h. zu Beginn der Beratung, wurden Basisinformationen zum Umgang mit dem Tier gegeben (Punkt 2).

Die Leitung muss die Gesamtsituation laufend unter Kontrolle haben, wobei die Sicherheit für alle teilnehmenden Personen und das Pferd die höchste Priorität haben. Bei aller Vorsicht soll aber die nötige Lockerheit nicht zu kurz kommen. In der Befragung wurden die positive Atmosphäre, die Lockerheit sowie Geborgenheits- und Wohlfühlgefühle rückgemeldet.

Sicherheit & Vertrauen durch:

- positive Atmosphäre und Stimmung, Entspannung
- Ausstrahlung des Pferdes
- Ort (Ranch, Putzplatz)
- Ruhe, Geborgenheits- und Wohlfühlgefühl
- Beziehung, Verbindung, Lockerheit
- Anleitungen der Beraterin

### **Antworten der Teilnehmenden zu Sicherheit/Vertrauen (gekürzt):**

- Die Übungsanleitungen haben geholfen, sonst wäre ich unsicher gewesen, was ich tun soll
- Die Ranch hat auch eine gewisse Ruhe, vielleicht weil niemand anderer dort war
- Hat auch irgendwas sehr Spezielles, auf jeden Fall hat das sehr gut zum Geborgenheitsgefühl beigetragen
- Sehr entspannte und freundliche Atmosphäre
- Pferd macht das Kennenlernen leichter, weil man gleich darüber sprechen kann
- Emotionen fallen mir ein, Vertrautheit und Wohlfühlgefühle, Stimmung hat gepasst
- Geborgenheit trifft es am besten
- Putzplatz, dann Pferd gesehen, lieber Kerl
- Positive Atmosphäre, positive Stimmung
- Nachdem Pferd mir auf den Fuß getreten ist und Fuß blau war, war es nachher kein Problem, war gelassen und locker
- Selbstverständlichkeit und Lockerheit
- Beziehung, Leichtigkeit, Verbindung
- Ich habe darauf vertraut, dass das Pferd mir nach geht



### 4.3 Wirkungsfaktor Entspannung (Wohlbefinden)

Während der Beratungseinheit mit dem Pferd erleben die Befragten eine Art von Entspannung. Sie nennen in diesem Zusammenhang die Natur, eine entspannte Atmosphäre oder das Pferd, das entspannt scheint. Sie beschreiben Gefühle der Entspannung und des Wohlbefindens und vergleichen das z.B. mit Urlaubsstimmung.

Das Thema Entspannung hängt eng mit den Faktoren „Sicherheit & Vertrauen“ (Punkt 4.2) zusammen. Das bestätigen die Befragten. Das Gefühl der Sicherheit ist eine wichtige Voraussetzung für entspannte Situationen. Dazu kommen aber auch noch weitere Einflüsse wie das persönliche Befinden, Erfahrungen oder Beurteilungen der Beteiligten und schließlich die Wirkung und Ausstrahlung des Pferdes (Punkt 5).

Das Pferd steht im Vordergrund und der erste Eindruck ist wichtig. Daher war die Beraterin bemüht, den Anfang der Kontaktpphase entspannt und in Passung an das Pferd und die beteiligte Person zu gestalten.

Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass beim Berühren von Tieren bestimmte Gehirn- und Nervenareale aktiviert werden, die Stresshormone senken und Glückshormone (Endorphine) und Botenstoffe (Serotonin, Oxytocin) zur Entspannung erzeugen (Schirmer, 2025). Die Presse berichtet am 16.11.25 darüber: „Streicheln von Tieren steigert das Wohlbefinden“.

#### Entspannung:

- Natur, Kontakt mit Pferd
- Pferd wirkt entspannend, ruhig, stressfrei, stärkend
- wie Urlaub, wie Insel
- im Hier und Jetzt
- Loslassen, Gelassenheit
- Pferde bringen dich am Boden, in die Mitte

Koch sammelt in seiner Studie 2011 auch viele Aussagen über „Entspannung“ (unten) und nennt diese Kategorie „Positive Emotionalität“. Darin sind laut Koch alle Rückmeldungen enthalten, in denen positive Gefühle beschrieben werden (Studienvergleich, S.18).



#### **Studie 2025 (Pusswald) Antworten der Teilnehmenden zur Entspannung (gekürzt):**

- War schön, wieder mit Pferd zu arbeiten
- Es war nett, in die Natur rausfahren, mit dem Pferd Kontakt aufnehmen und was tun
- Alles spontan, unstressig
- denke an Freizeit, Pferd besuchen und reiten
- War hilfreich, Pferd ist ein Brückenbauer
- gleich die Brücke vom Alltag zum Wohlfühlen, wenn ich am Abend heimkomme, ist das Tier ein Entspannungsfaktor
- Tiere wirken ja generell auf die Menschen irgendwie stressbefreiend und können dich in ganz andere Situationen bringen
- Tiere grounden dich irgendwie, also sie bringen dich mehr auf den Boden
- Pferd strahlt eine Ruhe aus

#### **Studie 2011 (Koch) Antworten zur Entspannung:**

- Pferde geben Gefühl von Geborgenheit
- stärkend, entspannend, ein Seelentank
- Entspannung ist wieder wichtig geworden, es beruhigt mich, bringt mich in die Mitte
- Daran denken bringt mich in Urlaubsstimmung
- Entspannung zu spüren
- wie eine Insel
- Die Ausstrahlung der Pferde, ihr Fressen, atmen, Spielen
- Beobachtung beruhigt mich
- Hilfreich mich zu erden
- Arbeit im Hier und Jetzt
- Nähe zu Pferd war angenehmes Gefühl, entspannend und stärkend, Stress abgebaut
- Loslassen/Entspannen können
- Wunderschönes Erlebnis
- Mehr Ruhe und Gelassenheit
- Das Tun mit dem Pferd entspannte mich

#### 4.4 Wirkungsfaktor Beziehung

Die pferdegestützte Beratung unterstützt die Kommunikation mit dem Pferd und daher entsteht eine Beziehung. Das beginnt mit der eigenen Wahrnehmung und setzt sich fort bei den Übungen, den Interventionen und Reaktionen der Beteiligten.

Das Pferd hat eine besondere Wahrnehmungsfähigkeit aufgrund seiner Prägung als Flucht- und Herdentier (FENA, 2019, S.21), was im Beratungsprozess genutzt wird. Die Reaktionen werden beobachtet, interpretiert und bewertet. Damit entstehen viele Anknüpfungspunkte zum Thema Beziehung. Die Befragten haben die Arbeit mit dem Pferd auf Augenhöhe und als stimmig empfunden.

Unter Beziehung werden Rückmeldungen über Nähe und Distanz und die Verbindung zum Pferd eingeordnet.

Auffallend bei der „Beziehungsarbeit“ mit dem Pferd war, dass Teilnehmende rasch Gefühle und Emotionen geäußert haben. In der Gestaltberatung wird davon ausgegangen, dass der experimentelle Rahmen ganzheitliche - d.h. körperliche und mentale - Entwicklung fördert (Punkt 1.4).

Die Verhaltensforschung zeigt, dass Pferde als Herdentiere kooperativ und beziehungs-freudig sind. Sie folgen hierarchischen Mustern, was in der Beratung berücksichtigt wird

Beziehung:

- Nähe und Verbindung zum Pferd
- Pferdearbeit wird "auf Augenhöhe" und als stimmig bewertet

#### **Antworten der Teilnehmenden zur Beziehung (gekürzt):**

- Pferd hat mir gezeigt, dass ich Nähe gerne habe
- War schön, die Verbindung mit dem Pferd zu spüren
- dass es so gut möglich ist mit dem Pferd [Beziehung gemeint]
- Alles war stimmig, ich bin gefühlsmäßig mitgegangen
- die Arbeit war auf Augenhöhe
- Wie ich mich auf den Weg fokussiert habe, ist mir das Pferd gefolgt

#### 4.5 Wirkungsfaktor Spiegelung

In engem Zusammenhang mit Beziehung steht der Wirkungsfaktor Spiegelung. Die Befragten verwenden den Begriff „Spiegelung“ bzw. „spiegeln“, wenn sie meinen, dass das Pferd so fühlt wie sie gerade fühlen oder dass es in einer ähnlichen Stimmung ist. So lautet z.B. eine Antwort: „Es (das Pferd) spiegelt den eigenen Zustand“.

Aus biologischer Sicht gesehen, haben Pferde die besondere Kompetenz, ihre Herzfrequenz an Menschen und Situationen anzupassen (Naber, 2018). Die Tiere haben eine sehr feine Wahrnehmungsfähigkeit, die die Übertragung von Ent- und Anspannung (un)bewusst ermöglicht.

Beim Phänomen der „sozialen Synchronisation“ können sich Herzschläge von Menschen und Tieren synchronisieren und umgekehrt. Dies spielt eine wichtige Rolle beim Beziehungsaufbau und bei der Qualität von Beziehungen (Naber, 2025). Der Zusammenhang zwischen Synchronisation/Spiegelung im Mensch-Tier-Kontakt und der Bindungs- bzw. Beziehungsfähigkeit ist ein junges Forschungsfeld.

Teilnehmende melden zurück, dass das Pferd ihre Emotionen und Gefühle spiegelt.

Spiegelung:

- Einige Rückmeldungen betreffen die Spiegelung von Emotionen und Gefühlen. Das Pferd kann Stimmungen klar und deutlich spiegeln.

#### **Antworten der Teilnehmenden zur Spiegelung (gekürzt):**

- Das Pferd zeigt, wie ich emotional drauf bin
- Bilder und Gefühle, ich sehe und spüre das Pferd
- Das Pferd hat Gefühle gespiegelt, war sehr schön
- Das Pferd macht für mich Empfindsamkeit aus
- Das Pferd spiegelt den eigenen Zustand wider
- ich glaube, dass Pferde /Tiere Sachen widerspiegeln in einer Klarheit und Deutlichkeit und Sanftheit, was ein Mensch nie schaffen wird
- Das Pferd war ruhig und ich war ruhig

#### 4.6 Wirkungsfaktor Kommunikation

Unter dem Wirkungsfaktor Kommunikation werden alle Aktionen und Reaktionen in Form von Worten, Gefühlen oder Bewegungen zwischen den Beteiligten zusammengefasst. Generell wird in der pferdegestützten Beratung die Kommunikation zwischen Klient\*in und Pferd mit verschiedenen Interventionen unterstützt.

Im Zuge der Studie wurden die Teilnehmenden (TN) in der Aufwärmphase ersucht, das Pferd mithilfe eines Führstrickes zu führen. Wenn der Sicherheitsabstand zu klein wurde, konnten die TN den Kopf des Pferdes sanft zur Seite schieben. Es war möglich, mit dem Pferd mithilfe des Strickes zu kommunizieren. Wenn der Strick leicht bewegt wurde, wich das Pferd zurück. Das Tempo wurde verändert, die/der TN gingen vor oder neben dem Pferd etc. So konnten verschiedene Formen von nonverbaler Kommunikation ausprobiert werden, um ein bestimmtes Ziel zu erreichen.

Das Pferd kann generell die Botschaften der führenden Person leichter entschlüsseln, wenn diese ganzheitlich und authentisch agiert und klar kommuniziert. Das bedeutet, wenn die körperlichen Bewegungen und die mentale Konzentration die Botschaft bzw. das Ziel verstärken, versteht und reagiert das Pferd.

Im Rahmen der Beratungseinheiten der Studie wurden die TN aufgefordert, das Pferd im Kreis zu führen (Punkt 2.1). Dann wurde mit der Konzentration experimentiert: „*Denken Sie einmal an das Pferd.*“ oder „*Denken Sie an ihren Weg.*“ Wenn die/der TN mit ihren/seinen Gedanken beim Weg waren und somit an die Richtung bzw. an das Ziel gedacht haben, konnte beobachtet werden, dass das Pferd folgte und sich anpasste (z.B. Tempo, Kopfhaltung).

Antworten im Zuge der Befragung wie „mit Pferd stumm interagieren“ oder „klare und nonverbale Kommunikation“ wurden unter dem Wirkungsfaktor Kommunikation zusammengefasst.

Im 2. Teil der Beratungseinheit wurden die TN aufgefordert, dem Pferd ihre Themen zu zeigen (Punkt 2.2), die mit den Materialien gestaltet wurden (Hütchen, Seile, Reifen etc.). Die Kommunikationsform wurde offengelassen. So erzählten manche TN, manche führten das Pferd wortlos zu ihren Figuren und manche gingen mit dem Pferd um das Material herum.

Die Beraterin förderte die Kommunikation, indem sie Fragen stellte – „*Wie fühlt sich das an?*“ - oder Vorschläge machte – „*Wollen Sie einmal ausprobieren, das Pferd um den Gegenstand herum zu führen?*“. Die TN hatten die Möglichkeit zu experimentieren und Neues zu erleben.

#### Zusammenfassung:

- Pferd kommt, stößt (sanft) mit Kopf
- mit Pferd reden, stumm interagieren
- klare und nonverbale Kommunikation
- Konzentration, Fokus auf Pferd



#### Antworten der Teilnehmenden zur Kommunikation (gekürzt):

- Wenn das Pferd auf mich zukommt und so liebevoll ist
- Wenn es mit dem Kopf [bei mir] anstößt
- Wenn Tiere zeigen, dass sie einen mögen, finde ich schön
- Komisches, angenehmes Gefühl mit Pferd zu reden; hätte nicht gedacht, dass man stumm interagieren kann
- Dem Pferd erklärt...
- Klare Anweisungen sind einfach wichtig
- Bei Pferden ist eine leise, sanfte aber klare Kommunikation notwendig
- nonverbale Kommunikation ist viel aussagekräftiger
- Bewusst geworden, weil ich mich auf das konzentriert habe
- Ich war auf Pferd fokussiert
- Pferd wertet nicht, neutrales Wesen

#### 4.7 Wirkungsfaktor Wahrnehmung

In der Kategorie „Wahrnehmung“ bzw. „Wahrnehmungsänderung“ sind Rückmeldungen der Befragten zusammengefasst, die die ganzheitliche Wahrnehmung umfassen, d.h. das Bewusstmachen von körperorientierten Kompetenzen wie Spüren, Fühlen, Sehen – „nach innen sowie nach außen“, wie es eine Befragte ausdrückte.

Die intensive Kontaktarbeit mit dem Pferd fördert die ganzheitliche Wahrnehmung der Teilnehmenden (TN). Durch die aktiven Erfahrungen und das Tun mit dem Tier werden alle Sinne angesprochen.

Die Arbeit mit dem Pferd läuft in der Regel langsam und konzentriert ab, sodass Zeit und Raum für eine allumfassende Wahrnehmung bleiben.

In der Studie wurden auch Wahrnehmungsänderungen berücksichtigt.

Eine TN berichtete, dass sie ihr Thema aus einem anderen Blickwinkel betrachten kann. Durch das Pferd wird in der Beratung (Dyade: Bera-ter\*in/Klient\*in) eine weitere Ebene geschaffen (Triade: Berater\*in/Klient\*in/Pferd), mit der gearbeitet und über die reflektiert wird. Das macht es leichter möglich, andere Betrachtungsweisen einzunehmen und neue Ideen oder Impulse zu entwickeln (Beispiel unten).

Das Pferd kann in der Beratung als „Projektionsfläche“ genutzt werden, was die Entwicklung und Gestaltung von Gedanken, Ideen und Meinungen unterstützt. Die Beraterin kann die Wahrnehmungsphänomene für ihre Interventionen und Methoden nutzen (Punkt 4.8).

##### Zusammenfassung:

- das Innere benennen, im Innen/Außen
- anderer Blickwinkel, Idee, Impuls
- Im Kopf vs. Körperlichkeit
- fällt auf, spüren

#### **Antworten der Teilnehmenden zur Wahrnehmung (gekürzt):**

- Wie das Innere aussieht, nimmt man nicht so wahr, und dann wenn man das quasi benennt
- Ein anderer Blickwinkel, eine Idee, das zu betrachten, ein Impuls
- Wirkungsvoller war das Reiten – vom Gefühl her und von der Körperlichkeit
- Anders mit dem Kopf so betrachten und analysieren
- Es kann leicht gehen, dass ich mich nicht immer so anstrengen muss; im Außen länger nicht mehr, aber im Inneren noch
- Arbeit hat reingespielt, hängt alles zusammen
- Fällt in letzter Zeit sehr deutlich auf, wenn es mir zu viel ist, wenn zu viele Menschen, zu viel Input da ist
- wenn ich gespürt habe, ich brauche jetzt Pause – ich habe den Eindruck, dass das jetzt viel eher kommt und ganz intensiv, dass ich das bemerke

#### Beispiel: Wahrnehmung(sänderung) – Auszug aus einer Beratungseinheit

Teilnehmerin (TN) reflektiert mit Beraterin (B) über einen Stressfaktor, den sie gestaltet hat:

*TN: „Für mich war es spannend, dass ich da gar nicht ins Gefühl reinkomme, weil ich so entspannt bin mit ihm [Pferd].“*

*B: „Also bist du mehr bei ihm als bei dir?“*

*TN: „Jetzt geht es mir ja so gut, jetzt bedrückt mich das ja nicht so.... ich weiß, dass mir das anstrengend ist und dass mich das stresst, aber dann kommt mir das ein bisschen absurd vor, dass ich mich von dem stressen lasse und mir das anstrengend ist“*

*B: „okay, also du hast so eine Distanz zu dem irgendwie?“*

*TN: „genau, weil das ist etwas, was mich so überfällt, was ich dann im Moment nicht regulieren kann. Aber aus der Distanz betrachtet, ist das völlig absurd, dass ich mich da so aufregen lasse von dem“*

*B: „also, wenn du jetzt drauf schaust, dann ist es nicht mehr so...“*

#### 4.8 Wirkungsfaktor Methoden

Die Kategorie Methoden umfasst die Antworten der Teilnehmenden (TN), die sich auf die Wirkung der Interventionen mit den Materialien beziehen.

Im Zuge der Beratungseinheit wurde die/der TN eingeladen, ihre/seine Themen mithilfe von Materialien (Hütchen, Bänder, Seile etc.) auf dem Platz zu positionieren und anschließend dem Pferd zu zeigen. Je nach Bedarf setzte die Beraterin weitere Interventionen wie z.B. *"gehen Sie zu den Themen/ Symbolen ohne Pferd, dann nochmals mit Pferd"* oder *"wie verändern sich die Positionen der Themen/ Symbole in 3-5 Jahren?"* etc. Das Pferd reagierte auf die Aktivitäten der TN und umgekehrt (Punkt 2.2).

Hier sind Auszüge von drei Beispielen dokumentiert, die die zukünftigen Entwicklungen und Wünsche („Time-Line“) in 2-3 Jahren (siehe Bilder rechts) bzw. 3-5 Jahren (siehe Text) behandeln sowie ein Beispiel, das „Lösung mit Humor“ zeigt.



Beispiel:  
Humor (Reframing)

TN berichtete über Arbeitskollegin, mit der es immer wieder stressige Situationen gibt. Als er dem Pferd das Symbol für dieses Thema zeigte, reagierte das Pferd mit einer ungewöhnlichen Geste: es zeigte die Zähne. Der TN interpretierte das als Lachen und fand die Reaktion des Pferdes sehr lustig. Die Beraterin fragte, ob Humor nicht eine Lösung wäre, mit dem Problem lockerer umzugehen.

Der TN erinnerte sich in der telefonischen Beratung daran: *"....dass ich es einfach ins Humoristische reinziehen und nicht gleich angerührt sein soll"*

Beispiel: Blick in die Zukunft (in 3-5 Jahren)

Eine TN gestaltete eine „Aufstellung“ mit vorhandenem Material (Hütchen, Bänder etc.) in Bezug auf einen beruflichen Stressfaktor und änderte diese im Laufe der Beratung.

Beraterin (B) beim Telefon-Interview: *„An was erinnern Sie sich?“*

TN: *„...an meine Stressauslöser, aber auch so Stressbewältigungsstrategien... und dass ich das dem Pferd quasi erklärt habe... und dass ich das auch verändert habe.... irgendwie so in 3-5 Jahren war der Zeitraum, so als Lösungsstrategie in die Zukunft geblickt. Es ist immer so ein komisches Gefühl gewesen, aber es hat sich dann doch erleichternd angefühlt und nicht so gepresst wie meine erste Aufstellung.... Also die erste Aufstellung, wo alles so nah beieinander gestanden ist, das war alles so komprimiert, das Ganze... und dann war es später viel offener ...“*

B: *„Was war hilfreich?“*

TN: *„Dass es sich verändert hat und so eine Erleichterung, eine Lösungsstrategie irgendwie ergeben hat. Ja einfach dieses Sich-vor-Augen-Führen war es vor allem.“*

### Beispiel: Methoden - Stress abbauen

In der Beratungseinheit hatte die Teilnehmerin (TN) ihre „Erholungsfaktoren“ auf dem Platz mit Plastikhütchen positioniert. Für den „Stressfaktor Fitnesskurs“, verwendete sie ein rundes Symbol. Sie machte sich viel Druck zum Fitnesskurs zu gehen, es machte nicht viel Spaß und die Termine waren ungünstig. Die Symbole waren nacheinander fast auf einer Linie angeordnet. Dann führte sie das Pferd daran vorbei. Beim Fitnesskurs zeigte das Pferd Reaktionen und beschnupperte das Symbol. Es hielt den Kopf für einen Augenblick lang ruhig und gesenkt. Die TN verweilte dort mit dem Pferd für etwa 2 Minuten, dann ging sie mit dem Pferd an den anderen Symbolen zügig vorbei. Auf die Frage, ob die TN etwas verändern wollte, ging sie zu den Symbolen und entfernte den Fitnesskurs. Das brachte für sie eine Art von Erleichterung.

In der telefonischen Befragung nach 2 Wochen erinnerte sich die TN daran, dass sie den Fitnesskurs im Rahmen der Beratungseinheit entfernt hatte: *„Was war denn das, was ich in der Mitte gehabt habe, was ich dann rausgetan habe? Ja genau, das war der Fitnesskurs<sup>(\*)</sup>, glaube ich. Das ist meine Erinnerung, wo das Pferd sich dann auch scheinbar gewundert hat“...*  
*“Irgendwie hat das Fitnesskurs-Rausnehmen dazu beigetragen, dass ich jetzt easier sage, ich bin krank, ich gehe nicht zum Fitnesskurs“.*

(\*)Bezeichnung geändert

### Beispiel: Methoden - Wahrnehmen, Erfahrungen, Erkenntnisse (Telefon-Interview)

TN: *„Interessant, weil das [gemeint ist die Beratungseinheit] war dann sozusagen am Tag nach dem 18. Geburtstag meines Sohnes. Und für mich hat das wirklich viele Veränderungen mit sich gebracht, dass er jetzt 18 Jahre geworden ist. Und irgendwie hat diese Arbeit auch ein bisschen mitreingespielt. Das kann ich jetzt nicht so benennen, aber es ist wirklich irgendwie so, dass ich mir auch gedacht habe, cool, geschafft, erledigt und ja, Verantwortung abgeben. Da hat sich wirklich sehr viel verändert in unserem Tun miteinander.... Ja, also da ist mir dann auch die Pferdearbeit dazu eingefallen, sozusagen nachher. Als ob das alles so zusammenhängt.“*

.....

B: *„Gibt es etwas, das sich bei der Pferdearbeit geklärt hat, neue Erfahrungen, Erkenntnisse?“*

TN: *„Naja, das ist der Punkt. Dass ich ruhig bei mir sein kann, zu mir schauen kann und mich nicht so kümmern muss um alle anderen, was die so tun, dass ich dann mehr zu mir schauen darf.“*

B: *“Okay, das heißt durch diese Übung auch. Das war aber auch schon vorher Thema beim Pferd-Führen?“*

TN: *“Ja doch, das war auch schon beim Führen, dass ich dann so gespürt habe, ich gehe, bin voll bei mir und er (Pferd) geht einfach mit und das funktioniert.“*

B: *“Und was machen Sie jetzt aufgrund der Pferdearbeit anders oder besser bzw. gibt es irgendetwas, was sich aufgrund der Pferdearbeit verändert hat?“*

TN: *“Mir fällt in letzter Zeit sehr deutlich auf, wenn es mir zu viel ist, wenn zu viele Menschen, zu viel Input, wenn ich gespürt habe, ich brauche jetzt eine Pause. Ich habe den Eindruck, dass mir das viel eher kommt und ganz intensiv, dass ich das bemerke.“*

#### 4.9 Wirkungsfaktor Transfer

Beratung und Coaching zielen darauf ab, dass Zusammenhänge, Auswirkungen oder Lösungen für die Fragen und Probleme im Leben bzw. im Alltag gefunden werden. Am Ende eines Beratungsprozesses stehen Erkenntnisse und Erfahrungen, die die realen Problemsituationen lösen bzw. zumindest verbessern sollen. Dies geschieht meist bewusst, kann aber auch unbewusst herbeigeführt werden. Die/der Berater\*in kann diesen „Transfer“ aktiv unterstützen, indem sie/er in passenden Situationen danach fragt. Abgesehen von der laufenden Überprüfung der Zielerreichung kann während der Beratung ein Praxisbezug zu den offenen Fragestellungen hilfreich sein.

Die Analyse der Antworten hat ergeben, dass einige Befragte Zusammenhänge zwischen der pferdegestützten Beratung und ihren Themen sowie Schlussfolgerungen für den Alltag bei den Übungen selbst gefunden haben.

Der Transfer in den Alltag wurde durch das Setting mit dem Pferd sowie durch die bereits erwähnten Kompetenzen der Tiere gefördert: durch Vertrauen und Wohlbefinden, ganzheitliche Wahrnehmung, Kommunikation mit dem Pferd, Beziehung und Spiegelung (Punkte 4.2 – 4.7). Die Personen öffnen sich und erzählen über Gefühle und Gedanken.

Neben den Wirkungsfaktoren der pferdegestützten Beratung fördert auch der experimentelle Ansatz der Gestaltberatung (Punkt 1.4) den Transfer in den Alltag. Nicht nur bei den Übungen und Aufstellungen der persönlichen Themen mit dem Material, sondern auch bei den Aufwärm- und Kennenlern-Interventionen stellen die Teilnehmenden Zusammenhänge zu ihren persönlichen Alltagssituationen her. (Das Beispiel unten bezieht sich auf die Beratungseinheit, während die Antworten der TN rechts aus der telefonischen Befragung stammen.)

##### Beispiel: Arbeitstag

Eine TN führt das Pferd zu ihrem Symbol für „vollgepackter Arbeitstag“ und berichtet danach darüber: *„Was mich erstaunt hat und was irgendwie total schön für mich war – ich habe ja so keine Erfahrung mit Pferden – dass er [Pferd] mir wirklich zugehört hat. Ich habe gesagt, ich erzähle dir was... Das sind die vollgepackten Tage, die so eng werden, und dann habe ich durchgeatmet und er hat dann auch so durchgeatmet. Das war so, wie wenn ich einem Menschen erzähle, das war so wohltuend... das war so wie eine Freundin“*

Die TN hat dann später ihren Arbeitstag geändert und lockerer gestaltet.

##### Zusammenfassung:

Im Zuge der Beratungseinheit stellen die Teilnehmer\*innen immer wieder einen Zusammenhang zu ihrem Alltag fest bzw. nehmen Bezug auf alltägliche Situationen, Probleme, Themen oder Personen.

##### **Antworten der Teilnehmenden zum Transfer (gekürzt):**

- Von vier Gegenständen nur drei erinnert, das vierte hat mit Ältesten (Sohn) zu tun
- Ich kann ruhig bei mir bleiben, zu mir schauen und muss mich nicht so um alle anderen kümmern
- Habe gespürt, dass ich gehe und voll bei mir bin und Pferd geht mit und das funktioniert
- Als ich mich auf den schwierigen Weg konzentriert habe, ist das Pferd einfach mitgekommen – auch im Alltag glaube ich, ich muss mich anstrengen und spanne an – jetzt die Erfahrung mit dem Pferd, dass ich mich nicht anstrengen muss, das war ein ganz besonderer Moment
- Wenn ich fortgehe, denke ich, es stressen mich nicht die Menschen, sondern ich habe das gern die Nähe
- Arbeit war auf Augenhöhe – tatsächlich die Höhe zum Pferd aber auch übertragen auf die Arbeit
- Es hat sich bestätigt, dass ich menschliche Nähe gerne habe
- Dass ich 4. Punkt nicht erinnert habe, Arbeit war am Tag nach 18. Geburtstag vom Sohn
- Arbeit hat reingespielt, hängt alles zusammen

#### 4.10 Wirkungsfaktor Selbsterfahrung

Drei Teilnehmerinnen (TN) haben im Rahmen der telefonischen Interviews Rückmeldungen gegeben, die einem Selbsterfahrungsprozess zugeordnet werden können. In den Antworten (unten) reflektieren sie ihre Erkenntnisse, Gefühle und ihr Verhalten. Eine TN nennt die „Selbstwirksamkeit“, die sie erfahren hat.

Wie schon beim Wirkungsfaktor Transfer angemerkt (Punkt 4.9), unterstützte die Arbeit mit dem Pferd den Reflexionsprozess in der Beratung. Es ist leichter für die TN, eine Distanz zu den persönlichen Themen einzunehmen und über ihre Erlebnisse und Erfahrungen zu sprechen.

##### **Antworten der Teilnehmenden zur Selbsterfahrung (gekürzt):**

- Es hat sich bestätigt, dass ich es gerne habe und menschliche Nähe gerne habe
- Pferd war so brav und ich war so stolz auf mich, weil ich anfangs Respekt hatte, das Pferd war auch so sanft und angenehm
- Dass ich etwas bewirken kann, dass ich führen kann - Selbstwirksamkeit
- Ich war nachher noch aufgedreht, wollte es unbedingt noch mit jemanden teilen, habe meinem Mann davon erzählt, ich war so stolz auf mich



Koch hat in seiner Befragung 2011 eine Frage zur Selbstwahrnehmung gestellt: „*Wenn Sie an Ihren Selbstwert, Ihr Selbstverständnis denken, wie hat Ihnen die Pferdearbeit geholfen?*“. Er definiert in dem Zusammenhang die Kategorie Selbstwertstärkung. „Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die Klienten angaben, sich trauen dominant und direkt zu sein, und die Akzeptanz der eignen Person erfahren zu haben“ (Koch 2011, S.85).

#### 5. Wirkung des Pferdes 5.1 Rollen des Pferdes

Dem Pferd kann bewusst eine Rolle zugeordnet werden, wenn z.B. Beziehungs- oder Familienthemen bearbeitet werden. In der Studie wurde das Pferd zunächst geführt (Aufwärmübung) und dann wurden die persönlichen Stress- und Erholungsfaktoren behandelt. Dabei haben die TN dem Pferd auch Rollen zugeteilt, wie z.B. „eine Art Partner“ oder „wie eine gute Freundin“ (siehe Antworten rechts). Dies können wertvolle Hinweise für die Beraterin bzw. für den Prozess sein.

##### **Antworten der Teilnehmenden zu Rollen des Pferdes (gekürzt):**

- Interessant mit Tier zu machen, mit dem Seil vom Zaumzeug in der Hand hat man was tun können und hat eine Art Partner
- Nicht so wie Therapeut, der ist eher Beobachter; Pferd taucht mehr in meine Gefühlswelt mit mir, Pferd ist mit mir voll den Weg gegangen und nicht außenstehend, sondern ist mit mir eingetaucht
- Wenn ich allein am Sandplatz mit den Poolnudeln und Hütchen Chaos und Ordnung darstellen hätte sollen, wäre ich mir vielleicht ein bisschen dämlich vorgekommen... mit dem Pferd war das so, da ist eh jemand noch dabei, bei dem man sich quasi anlehnen kann und der macht das dann mit einem, also da rennt man nicht allein über den Sandplatz mit den Poolnudeln....
- Schön und erstaunt, wie gut Pferd zuhört, wie eine gute Freundin, dass es so präsent war

## 5.2 Ausstrahlung des Pferdes

Eine Frage der telefonischen Interviews bezog sich auf die Wirkung des Pferdes: „Was war das Besondere am Pferd für Sie? Was macht das Pferd aus?“ (Punkt 3). Dies gilt für beide Studien 2025 und 2011 (siehe rechts). Die Antworten sind ähnlich.

Die Befragten nannten oft die Größe und die Kraft des Pferdes und erlebten gleichzeitig eine Sanftheit und Sensibilität der Tiere. Das Pferd strahlte eine Ruhe aus, was einen engen Zusammenhang mit dem Wirkungsfaktor Entspannung (Punkt 4.3) hat.

Es wurden die Aufmerksamkeit und die Kooperation der Pferde erwähnt, die bereits oben als spezielle Kompetenzen zur Förderung der Wirkungsfaktoren Kommunikation, Beziehung und Spiegelung (Punkte 4.4 – 4.6) beschrieben wurden.

Die Arbeit mit Tieren als experimentelle Methode unterstützt die Lebhaftigkeit und den Praxisbezug bzw. den Wirkungsfaktor Transfer in den Alltag (Punkt 4.9). Das Pferd wurde als ehrlich, authentisch sowie freundlich wahrgenommen, was sich auf die Sicherheit und das Vertrauen in den Beratungsprozess positiv auswirkte (Punkt 4.2).

### ***Antworten der Teilnehmenden zur Wirkung des Pferdes (gekürzt):***

- Pferd war einfach lieb, so wie bei meinem Hund
- Vor allem die Ruhe, die das Pferd ausstrahlt, Hund würde herumspringen oder bellen, Pferd ist noch es selbst, macht aber mit und gibt Zeit, die ich brauche
- Pferd ist so kräftig und stark, könnte mich niederstoßen, habe viel Respekt - auf der anderen Seite kann es so brav sein
- Pferde größer und schwerer und Menschen haben mehr Respekt, aber eigentlich sind sie die sanfteren und feinfühligere Wesen, einerseits das große, imposante Pferd und auf der anderen Seite sind sie so sensibel
- beeindruckend, dass man das machen kann, weil Pferde so aufmerksam sind
- Größe des Pferdes, dass ich so großes Tier führen kann; Präsenz, Anmut
- Lebendigkeit, mit Lebendigem zu arbeiten ist komplett neu gewesen, sich einstellen auf das Lebewesen
- Pferd war so brav und ich war so stolz auf mich, weil ich anfangs Respekt hatte, Pferd war auch so sanft
- Tiere wirken ja generell auf die Menschen irgendwie stressbefreiend und können dich in ganz andere Situationen bringen, sie grounden dich irgendwie, also sie bringen dich auf den Boden
- Pferd strahlt eine Ruhe aus, starkes, kräftiges Tier; reagiert und akzeptiert unsere Grenzen, strahlt Ruhe aus, muskulös

### ***„Was macht das Pferd aus?“ Antworten aus der Koch-Studie 2011***

- Schöne imposante Tiere, auch angsteinflößend und andererseits die Sanftheit
- Besonders ist Ehrlichkeit
- Kräftige, aufmerksame, sensible, friedliebende Tiere
- Größenverhältnis Mensch/Pferd, was können die Großen und was auch die Kleinen
- Trotz Größe Fluchttiere
- Sensible, feinfühligere, graziöse Tiere; empfindsam, intelligenter als ich dachte
- Schönheit, Geduld, Stärke, absolute Unbestechlichkeit
- ihr Fressen, Atmen, Spielen - Beobachtung beruhigt mich, sie strahlen friedliches Leben, große Kraft aus
- Lebenslust, Stärke, Kraft, Sensibilität, Feinfühligkeit, Gruppendynam. Verhalten, Treue/Liebe zum Menschen
- Ehrlichkeit und Direktheit
- Strahlen Stärke und Freiheit aus, Schnelligkeit, bedächtig
- Sehr kooperativ, eigenes starkes Wesen, nur nähert, wenn Lage ok, viele Muskel, doch feinfühlig, sprechen Verletzlichkeit der Frauen an
- Kraft, Gang, Ausstrahlung, der Blick, Lebensfreude
- Stark, aufmerksam, bereit zu fliehen, handeln, schnell, stolz, hochgerichtet
- Geschmeidig, kraftvoll, sensibel, stark
- Ruhe, Freundlichkeit, Familiensinn, Kraft, Geschwindigkeit, Zärtlichkeit, Sturheit, Lebensfreude
- Geduldige, Mächtige, Erhabene, respektinflößend
- Authentizität, scheues Wesen, Aufmerksamkeit gewinnen

## 6. Studien 2025 und 2011

### 6.1 Vergleich

Koch hat in der kritischen Reflexion seiner Studie das Interesse geäußert, auch Psychotherapeuten\*innen anderer Schulen einzubeziehen und „zu erfragen, inwieweit hier mit den Erfahrungen, Ergebnissen und Erlebnissen der Pferdeinheit umgegangen wird...“ (Koch 2011, S.87).

Der erste Gedanke bei der Planung der Studie 2025 war, möglichst viele Parameter des Untersuchungskonzeptes von 2011 zu übernehmen (Zielgruppe, Interventionen der Beratungseinheiten, Fragen und Auswertung), um die Ergebnisse vergleichbar zu machen.

Es war aber bald klar, dass der Gestalt- bzw. Beratungsansatz im Vergleich zur systemischen Therapie eine andere Herangehensweise insbesondere in Bezug auf die Interventionen verlangt. Zielgruppe und Bedarf/Thema orientierten sich mehr am beruflichen Hintergrund, d.h. Beratung/Psychotherapie.

Fragen am Telefon und Auswertungsverfahren beider Studien sind ident (Punkt 3). Während Pusswald aus den Antworten bzw. Textstellen allgemeine „Wirkungsfaktoren“ ableitet, interpretiert Koch die Antworten als systemischer Therapeut und formuliert „Kategorien“.

| Titel Studie 2025                                                                        | Titel Studie 2011                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| Die Wirkung pferdegestützter Beratung – Wie wirken die Interventionen und wie das Pferd? | Der Mensch-Tier-Kontakt als Teil der systemischen Therapie – Nutzen durch Pferde |
| Leitung – Durchführung – Auswertung                                                      |                                                                                  |
| Helene Pusswald, Lebensberatung Gestalt-Ansatz                                           | Robert Koch, Psychotherapie systemisches Verfahren                               |
| Pferd – Ort                                                                              |                                                                                  |
| PRE Grauschimmel in Oberrohrbach / Outdoorplatz                                          | Haflinger in Leitersdorf /in der Halle                                           |
| Zielgruppe – Thema                                                                       |                                                                                  |
| Personen aus Gesundheits-, beratenden und sozialen Berufen -Gesundheitsvorsorge          | Personen mit psychischen Erkrankungen (Angst, Burn-Out und Depressionen)         |
| Beratungseinheiten (ca 50 min)                                                           |                                                                                  |
| -Aufwärmübung „Mit-Pferd-Gehen“                                                          | -Pferd-Kennenlernübung                                                           |
| -Aufstellung mit Material gestalten                                                      | -Time-Line (vorbereiteter Weg)                                                   |
| -dem Pferd das Material zeigen                                                           | -das Pferd durch Weg führen                                                      |
| -10 Personen                                                                             | -22 Personen                                                                     |
| Telefonische Befragung (ca 15 min)                                                       |                                                                                  |
| 2-4 Wochen nach der Einheit                                                              | 2 Monate nach der Einheit                                                        |
| Einstiegsfrage: spontane Erinnerungen?                                                   |                                                                                  |
| Transfer in den Alltag?                                                                  |                                                                                  |
| Was war hilfreich? Neue Erkenntnisse?                                                    |                                                                                  |
| Was macht das Pferd aus?                                                                 |                                                                                  |
| Auswertung – qualitatives Analyseverfahren                                               |                                                                                  |
| Verfahren des fokussierten Interviews                                                    |                                                                                  |
| Antworten analysiert und Textstellen gebildet                                            |                                                                                  |
| Generalisierung – Zusammenfassung ähnlicher Textstellen                                  |                                                                                  |
| Bildung von Überbegriffen                                                                | Interpretation der Textstellen                                                   |
| Ableitung von Wirkungsfaktoren                                                           | aus der Sicht des Therapeuten                                                    |
| Wirkungsfaktoren                                                                         |                                                                                  |
| -Sicherheit/Vertrauen                                                                    | Kategorien (Therapie)                                                            |
| -Entspannung/Wohlbefinden                                                                | -Innere Ressourcen                                                               |
| -Beziehung & Spiegelung                                                                  | -Positive Emotionalität                                                          |
| -Kommunikation                                                                           | -Pferd als Co-Therapeut                                                          |
| -Wahrnehmung(sänderung)                                                                  | -Veränderung der Wahrnehmung                                                     |
| -Methoden / Interventionen                                                               | -Emotionale (Selbst-)Reflexion                                                   |
| -Selbsterfahrung                                                                         | -Lösungsfokussierung                                                             |
| -Transfer in den Alltag                                                                  | -Selbstwertstärkung                                                              |

## 6.2 Zusammenfassung

Die (telefonischen) Fragen und das Auswertungsverfahren der aktuellen Untersuchung sind von der Studie 2011 übernommen worden (Punkt 3). Pusswald hat die Antworten der 22 von Koch befragten Personen in einem weiteren Schritt analysiert und daraus relevante Textstellen (56% der gesamten Antworten) den 2025 definierten Wirkungsfaktoren zugeordnet (Beispiel rechts: Zuordnung der Textstellen zum Wirkungsfaktor Entspannung).

Diese Studienzusammenfassung ergibt Überschneidungen des Wirkungsfaktors Entspannung mit der Kategorie Positive Emotionalität (K5) von Koch. Ebenso zeigen sich Überschneidungen des Wirkungsfaktors Kommunikation mit Veränderung der Wahrnehmung“ (K2) und des Wirkungsfaktors Methoden mit Lösungsfokussierung (K6).

Weiters können einige Textstellen der Kategorie Emotionale (Selbst-)Reflexion (K3) dem Wirkungsfaktor Wahrnehmung und Textstellen der Kategorie Pferd als Co-Therapeut (K1) dem Wirkungsfaktor Spiegelung zugeteilt werden.

Je eine Textstelle der Kategorie Innere Ressourcen (K4) passt zu den Wirkungsfaktoren Vertrauen und Selbsterfahrung.

### Beispiel: Zuordnung der Textstellen (Koch 2011, S.97-118) zum Wirkungsfaktor Entspannung (Pusswald 2025)

|                      |                                                   |
|----------------------|---------------------------------------------------|
| IP3-28 <sup>*)</sup> | -Pferde geben Gefühl von Geborgenheit             |
| -K7 <sup>**)</sup>   | und Willkommen sein                               |
| IP4-9                | -Stunde war stärkend, entspannend, Energie        |
| -K5                  | auftankend – ein Seelentank                       |
| IP4-22               | -Entspannung ist wieder wichtig geworden,         |
| -K5                  | es beruhigt mich, bringt mich in die Mitte        |
| IP4-31               | -Ich wirke, als ob ich vom Urlaub zurück bin;     |
| -K5                  | Daran denken bringt mich in Urlaubsstimmung       |
| IP5-9                | -Beim Kontakt mit großen Tieren und stattlich     |
| -                    | beeindruckenden Menschen kann ich mich            |
|                      | entspannter zeigen                                |
| IP8-15               | -Hilfreich war, die Entspannung zu spüren wie     |
| -K5                  | eine Insel, die ich herholen kann                 |
| IP8-25               | -Die Ausstrahlung der Pferde, ihr Fressen, atmen, |
| -K5                  | Spiele – Beobachtung beruhigt mich, sie           |
|                      | strahlen friedliches Leben, große Kraft aus       |
|                      | -Hilfreich mich zu erden, absolut im hier und     |
| IP10-12              | jetzt, gibt Möglichkeit Abstand zu Sorgen und     |
| -K3                  | Problemen zu bekommen, Prioritätenliste           |
| -K6                  |                                                   |
| IP11-27              | -Besonders war Arbeit im Hier und Jetzt           |
| -                    |                                                   |
| IP12-4               | -Nähe zu Pferd war angenehmes Gefühl,             |
| -K5                  | entspannend und stärkend, Stress abgebaut;        |
| -K1                  | versucht mit Druck zu arbeiten, Pferde haben auf  |
|                      | Druck weniger kooperativ reagiert                 |
| IP13-36              | -Hilfreich war das Loslassen und Entspannen       |
| -K5                  | können                                            |
| IP14-14              | -Wunderschönes Erlebnis, davon will ich mehr in   |
| -                    | meinem Leben                                      |
| IP16-6               | -Freude, dass das große Tier einfach mit mir ging |
| -K6                  |                                                   |
| IP17-34              | -Möglichkeit, es fließen zu lassen; nach der      |
| -K5                  | Arbeit mit dem Pferd weniger leer gefühlt         |
| IP18-21              | -Mehr Ruhe und Gelassenheit                       |
| -K5                  |                                                   |
| IP20-7               | -Das Tun mit dem Pferd entspannte mich            |
| -K5                  |                                                   |

<sup>\*)</sup> IP3-28..... Interviewte Person Nr 3 – Zeile 28

<sup>\*\*)</sup> K7.....Zuordnung zur Kategorie von Koch 2011

|                                    |                  |
|------------------------------------|------------------|
| K1 - Pferd als Co-Therapeut        | →Spiegelung      |
| K2 - Veränderung der Wahrnehmung   | →Kommunikation   |
| K3 - Emotionale (Selbst-)Reflexion | →Wahrnehmung     |
| K4 – Innere Ressourcen             | →Vertrauen       |
| K5 – Positive Emotionalität        | →Entspannung     |
| K6 – Lösungsfokussierung           | →Methoden        |
| K7 – Selbstwertstärkung            | →Selbsterfahrung |

## 7. Schlussfolgerungen

Sowohl die Studie über die „Wirkung pferdegestützter Beratung“ als auch „Der Mensch-Tier-Kontakt als Teil der systemischen Therapie“ (Koch, 2011) zeigen den speziellen Nutzen für die Teilnehmenden, die sich aus der pferdegestützten Arbeit ergeben.

Unabhängig von der Profession – Beratung, Coaching oder Psychotherapie – werden Beratungs-, Kommunikations-, Entwicklungs- und Heilungsprozesse durch die besonderen Fähigkeiten und durch die Ausstrahlung des Pferdes positiv unterstützt. Die Interpretationen hängen von den Bedürfnissen der Beteiligten und von den Interventionen ab.

In beiden Studien stehen in der Pferdearbeit Themen der Kommunikation, des Kontaktes, der Beziehung und der Wahrnehmung im Vordergrund. Es werden Selbsterfahrung, Selbstreflexion und der Transfer in den Alltag gefördert.

## 8. Ausblick und kritische Reflexion

In einem nächsten Auswertungsschritt können die Wirkungsfaktoren aus Sicht der Gestaltberatung interpretiert werden und analog den systemischen Kategorien von Koch Kategorien nach dem Gestaltansatz formuliert werden.

Es wäre möglich, den Zusammenhang der Wirkungsfaktoren mit den Gestaltprinzipien mit Gestalt-Experten\*innen zu diskutieren. Jedenfalls zeigt die Studie die unterschiedlichen Sichtweisen aufgrund der verschiedenen Verfahren.

Die Übersicht in der Tabelle unten zeigt einen Vergleich von Gestalt-Prinzipien mit den Wirkungsfaktoren und den systemischen Kategorien.

Dies ist ein Hinweis, dass die Wirkungsfaktoren unabhängig von Verfahren, Personen und Zielgruppen für die pferdegestützte Arbeit gültig sind.

Auf Basis der qualitativen Studien 2025/2011 lassen sich aufgrund der geringen Stichprobengrößen (10 und 22 Befragte) keine allgemein gültigen Aussagen ableiten.

Die Zielgruppengröße dieser Studie ist mit 10 Personen aufgrund der knappen Ressourcen (eine Beraterin, ein Pferd) klein. Durch die Ergänzung der Antworten der 22 Befragten der Koch-Studie (Punkt 6.2) sind keine neuen Themen hinzugekommen. Ob damit alle wichtigen Wirkungsfaktoren abgedeckt sind, ist noch zu untersuchen.

Die Planung, Durchführung und Auswertung der Studie durch eine Person hat einen reduzierten Blickwinkel zufolge. Dies war der Verfasserin bewusst, womit sie in der Dokumentation - Video- und Audioaufzeichnungen - möglichst sorgfältig war und Auflistungen der Antworten veröffentlicht hat.

.

| Gestaltberatung<br>(Studie 2025) | Wirkungsfaktoren<br>(Studie 2025) | systemische Therapie<br>(Studie 2011) |
|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|
| (Um-)Feld, existentielle Arbeit  | ← Vertrauen/Sicherheit →          | Innere Ressourcen                     |
| Bewusstheit/im Hier & Jetzt      | ← Entspannung →                   | Positive Emotionalität                |
| Kontakt(-phasen)                 | ← Beziehung →                     | Pferd als Co-Therapeut                |
| Kontakt/Konfluenz                | ← Spiegelung →                    | Pferd als Co-Therapeut                |
| Ganzheitlichkeit                 | ← Kommunikation →                 | Veränderung der Wahrnehmung           |
| (Körper-Geist-Seele)             | (klare/non-verbale)               |                                       |
| Achtsamkeit/Konzentration        | ← Wahrnehmung →                   | Emotionale (Selbst-)Reflexion         |
| Experiment/Erfahrung/Erkenntnis  | ← Methoden →                      | Lösungsfokussierung                   |

## 9. Studienleitung und Supervision

Mag. Helene Pusswald, MSc (Studienleitung)

-Handelswissenschaften/Spezialfach Marktforschung an der Wirtschaftsuniversität-Wien

-Gestaltberatung am IGW-Würzburg

-Pferdegestützte Beratung beim Institut für pferdegestützte Kommunikation und VÖPP

-staatlich geprüfte Lebensberaterin und akademische Coachin

-eigenes Pferd Siciliano (kurz: Cilio), PRE Wallach, Grauschimmel, 13 Jahre alt

Supervisoren

Dipl. Päd. Werner Gill, Gestalttherapeut und Geschäftsführer des IGW-Würzburg

Robert Koch, MSc, Psychotherapeut und Leiter des Instituts für pferdegestützte Kommunikation

Mag. Michael Pusswald, Sozialwissenschaftler und Mitarbeiter bei YouGov Marktforschung

## 10. Literaturverzeichnis

Beisser, A. (2009). Wozu brauche ich Flügel? Peter Hammer Verlag

Blankertz, S., Doubrawa, E. (2005). Lexikon der Gestalttherapie. Peter Hammer Verlag

Fuhr, R. (2001). Praxisprinzipien: Gestalttherapie als experiencieller, existentieller und experimenteller Ansatz im Handbuch für Gestalttherapie. Hogrefe Verlag

Kirchmair, R. (2022). Qualitative Forschungsmethoden. Springer Verlag

Koch, R. (2011). Der Mensch-Tier-Kontakt als Teil der systemischen Therapie. Grin Verlag

Levinson, B. (1982). "The future of research into relationships between people and their animal companions". International Journal for the Study of Animal Problems.

Naber, A. (2018). Sie spüren deinen Herzschlag! - die Herzfrequenz, Herzratenvariabilität und Kortisolausschüttung als Indikatoren der Synchronisation in pferdegestützter Therapie bei Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung. Masterarbeit Universität Wien, Fakultät Psychologie

Naber, A., Kreuzer, L., Zink, R., Millesi, E., Palme, R., Hediger, K., Glenk, L.M. (2025). Heart rate and salivary cortisol as indicators of arousal and synchrony in clients, therapy horses and therapist in equine-assisted therapy. Complementary Therapies in Clinical Practise. Volume 59

Österreichischer Pferdesportverein. (2019). Pferdesport FENA Lehrbuch. OEPS

Otterstedt, C., Rosenberger, M. (2009). Gefährten-Konkurrenten-Verwandte: Die Mensch-Tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs. Vandenhoeck & Ruprecht

Pusswald, H. (2021). Pferdegestützte Gestaltberatung. Abschlussarbeit zur Gestaltberatung am IGW-Institut für Integrative Gestalttherapie Würzburg

Schirmer, A., Croy, I., Liebal K., Schweinberger S. (2025). Non-verbal effecting – animal research sheds light on human emotion communication. Biological Reviews 100 S.245-257

Staemmler, F., Bock, W. (2007). Ganzheitliche Veränderung in der Gestalttherapie, Peter Hammer Verlag



Bilder © Pusswald mit Zustimmung der Beteiligten

## Impressum

Die Wirkung pferdegestützter Beratung  
eine Studie von Mag. Helene Pusswald, MSc

horse4health  
Pferdegestützte Beratung & Forschung  
2103 Langenzersdorf, Kellergasse 122  
ATU58383403

office@horse4health.at  
www.horse4health.at

© Pusswald, 2026