

Therapie auf dem Pferderücken

Reitspaß für Menschen mit Behinderung: Gertraud Forster unterstützt die Lebenshilfe seit 20 Jahren

Von Alexandra Rothenbuchner

Teisendorf. „Als nächstes mache ich einen Handstand!“, verkündet Stefanie. Sie kniet mit ihrer modisch rot-karierten Reithose auf der entspannt dahintrotten braunen Freibergerstute Galuna und grinst in die Kamera. Wenn Menschen mit Beeinträchtigungen große Pläne machen und ungeahntes Selbstvertrauen entwickeln, ist oft Gertraud Forster mit ihren Therapiepferden nicht weit. Seit 20 Jahren sorgt die 56-Jährige bei der Lebenshilfe mit ihren Reittherapiestunden für besondere Momente.

Die Begeisterung fürs Reiten ist bei den Teilnehmern schon von weitem zu sehen. Egal ob Fabian, der schon beim Aufsteigen vor Begeisterung kaum die Hände still halten kann oder Melanie, die mit leuchtenden Augen vom Ausritt zurückkommt. Stefanie war vor 20 Jahren schon unter den ersten Reittherapie-Teilnehmern der Lebenshilfe Berchtesgadener Land. Als sie fürs Foto nochmal zeigen darf, was sie am Pferd alles kann, ist sie sofort Feuer und Flamme, schwingt ihre Beine abwechselnd über den Pferderücken, bis sie verkehrt herum da sitzt und kniet sich sogar hin. Gertraud Forster hat ihre Therapiereiterin derweil stets im Blick, achtet darauf, dass sie sicher sitzt und die Stute ihr Tempo den Übungen anpasst.

Elf Menschen mit Behinderung betreut Gertraud Forster pro Freitag aktuell. In Nicht-Corona-Zeiten wären es bis zu 15, dennoch ist das Programm auch jetzt dicht gedrängt. Die Reiter kommen im Halbstundentakt, wie am Fließband läuft es trotzdem nicht. Denn jeder Reiter ist anders, hat andere Beeinträchtigungen andere Stärken und Schwächen. „Wir haben hier ganz verschiedene Behinderungsarten, vom Spastiker über MS bis zum Downsyndrom“, erzählt die Reittherapeutin, auch einen blinden Teilnehmer und Rollstuhlfahrer hatte sie bereits dabei. Insgesamt kommen von der Lebenshilfe rund 25 Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung regelmäßig zu

den tierischen Therapiestunden.

Auf ihre Besonderheiten muss sich Forster, die bereits seit Ende der 1980er-Jahre als Reittherapeutin tätig ist, rasch einstellen und dasselbe gilt auch für ihre wiederholenden Mitarbeiter. Galuna und Helga sind keine gewöhnlichen Reitpferde. Um für die Arbeit mit Menschen mit Behinderung geeignet zu sein, braucht es nicht nur einen entspannten Charakter sondern auch eine sehr sorgfältige und langjährige Ausbildung. Die beiden zwölf und acht Jahre alten Freiberger – eine Schweizer Rasse, die für ihr ruhiges und freundliches Wesen bekannt ist – hat Forster selbst ausgebildet.

Tierische Therapeutinnen mit Einfühlungsvermögen

Erst kommt die mehrjährige Grundausbildung, dann folgen nochmals mindestens zwei Jahre Training speziell für die Anforderungen in der Therapie. Forster versucht dabei, ihre Tiere auf sämtliche Eventualitäten vorzubereiten. Denn als Therapiepferd reicht es nicht, einfach nur stur im Kreis zu trotten. Die beiden Stuten brauchen eine Menge Einfühlungsvermögen, um sich in kürzester Zeit auf ihre Reiter einstellen zu können. Nicht jeder sitzt einfach ruhig auf ihrem Rücken: manche hampeln rum, andere sind steif oder haben Schwierigkeiten mit Bewegungen. Dabei dürfen die Freiberger auch nicht empfindlich sein, wenn mal jemand mit den Beinen an ihrem Bauch herumklopft. Was manch durchschnittliches Schulpferd zum nervösen Zappelphilipp macht, ist für diese Stuten Alltag. Natürlich brauchen auch die beiden Therapeutinnen auf Hufen einen Ausgleich zur Arbeit: Ein flotter Ausflug vor der Kutsche ist immer donnerstags Pflicht, auch ein Reitausflug auf die Alm war in dieser Woche schon dabei. Umso entspannter sind die Stuten an ihrem Arbeitsplatz. In einer Pause zwischen zwei Therapieschülern dürfen die Pferde durch die Reithalle in Moosleiten wandern.

Auf dem Hof von Familie Neumeier finden die Therapiestunden seit vielen Jahren statt. Dafür fährt Forster ihre Pferde jeden Freitag vom heimischen Stall in Leobendorf nach Moosleiten. Während der Umgebungswechsel viele Pferde nervös werden ließe, sind Galuna und Helga ganz die Ruhe selbst. Gemütlich stellen sie sich zwischen Gertraud Forster und ihre Helferin Marianne Aschauer, versuchen die ein oder andere zusätzliche Karotte zu ergattern, schnuppern am Schreibblock der Heimatzeitungs-Redakteurin und lassen sich entspannt die Stirn kraulen.

Ihr Charakter ist aber nicht der einzige Vorzug der beiden Freiberger, wie Forster verrät. Die Rasse eignet sich gut, um die gesamte Bandbreite der Reiter abzudecken, mit denen die Pferde in der Reittherapie konfrontiert sind. Denn zwischen fünf und 75 Jahren und von leicht bis gewichtig ist da alles dabei. Freiberger gelten als sogenannte Gewichtsträger, haben also meist einen gut bemuskelten Rücken, mit dem sie auch kräftigere Reiter gut tragen können. Das Programm während der Reittherapie richtet sich natürlich nach der Tagesverfassung – von Pferd und Reiter – und danach,

was die Teilnehmer machen können. „Wir bauen zum Beispiel verschiedene Übungen ein, wie das Rückwärtsreiten. Für andere ist es auch nur wichtig, dass sie oben sitzen und die Bewegung spüren“, erklärt Forster. Vormittags hilft ihr Marianne Aschauer beim Training, nachmittags ist Margit Wolfgruber dabei – etwa wenn es darum geht, Teilnehmer am Pferd zu sichern, die nicht so geübt auf dem schwingenden Pferderücken sitzen. Mittlerweile ist das auch trotz Corona-Pandemie wieder erlaubt, doch zwischendurch war derartige Hilfestellung nicht mög-

lich. Die Pandemie hat manches komplizierter gemacht, doch Forster ist froh, überhaupt wieder weitermachen zu dürfen. „Auch in der Halle, weil es sich um eine Therapie handelt. Das ist bei vielen anderen ja nicht möglich.“ Dennoch findet die Reittherapie so oft es geht an der frischen Luft statt, auch weil ausreiten zu gehen den Therapiereitern besonders viel Spaß bereitet.

Die Familien sind besonders dankbar, dass wenigstens die Reittherapie stattfinden darf. Auch wenn sie die Teilnehmer aktuell privat nach Moosleiten fahren

müssen. „Das nehmen die Eltern aber gerne auf sich“, bekräftigt Forster, denn viele andere Bereiche sind bei der Lebenshilfe wegen der Pandemie stark eingeschränkt. Zwar müssen alle Beteiligten Masken tragen und die Ausrüstung regelmäßig desinfiziert werden, ansonsten kann der Betrieb aber weitgehend geregelt stattfinden.

So wie dies seit mittlerweile 20 Jahren der Fall ist. Im Jahr 2000 entstand bei der Lebenshilfe die Idee, eine Reittherapie anzubieten. Bei einer Umfrage hatten die Menschen mit Behinderung ‚reiten‘ als Wunsch geäußert. „Die Lebenshilfe ist dann auf mich zugekommen“, erinnert sich Forster. Das Projekt startete im Februar, erst einmal für ein halbes Jahr, doch das Interesse war so groß, dass die Reittherapie seither weitergeführt wird.

Hoch zu Ross zu mehr Selbstvertrauen

Denn vom Umgang mit den Pferden profitieren die Teilnehmer in verschiedenen Bereichen. Nicht zuletzt stärkt die Reittherapie auch das Selbstvertrauen. Als Beispiel kommt der 56-Jährige ein fünfjähriger Bub in den Sinn, der vor einiger Zeit zum Schnuppeln zu ihr kam. „Er war wahnsinnig ängstlich. Anfangs ist er fast nicht vom Auto ausgestiegen.“ Gemeinsam mit der Familie hat Forster sich langsam herangetastet: Erst ging die Schwester zu den Pferden, hat sie gestriegelt und durfte reiten, bis der Bub schließlich genug Mut gefasst hatte, um selbst mitzumachen. „Am Ende hat er richtig gestrahlt. Und als die Familie wieder gekommen ist, hat er ganz selbstverständlich bei allem mitgemacht. Pferde schenken einfach Freude und ein Stück Lebensqualität, das ist auch ein bisschen ein Motto bei unserer Therapie. Die Teilnehmer wachsen oft richtig über sich hinaus.“



Ups, wo ist denn hier der Kopf? Stefanie fühlt sich auch rücklings wohl auf dem Pferderücken.



Entspanntes Stelldichein nach dem Ausritt: Stefanie, Melanie auf Galuna und Reittherapeutin Gertraud Forster. – Fotos: Alexandra Rothenbuchner

☑ Dieser Artikel ist der letzte Teil der Serie zum 50. Jubiläum der Lebenshilfe.