

**Krise als Chance –
Festhaltetherapie,
Reittherapie,
AD(H)S Lebensart nach Hartmann**

Autorin Frau Mann

Original: wissenschaftliche Arbeit an der Donau-Universität-Krems, 2013

Überarbeitung: 2014 Frau Mann

© Copyright Frau Mann

Methode	Kurzbeschreibung	Fundort und Anwendung
<p>AD(H)S als Chance begreifen: Evaluation nach Thom Hartmann Jäger und Sammler – Pflanze und Viehzüchter – langsames und schnelles Denken</p>	<p><u>Thom Hartmann</u> hat in seinem Buch "Eine andere Art die Welt zu sehen" als neue Perspektive zu AD(H)S ein kulturelles Sinnbild geprägt, indem Betroffene aus soziokultureller und genetischer Sicht als Nachfahren der steinzeitlichen Jäger und Sammler (Hartmann nennt sie Hunter) anzusehen seien. Diese ursprünglichen Lebensbedürfnisse als psychomotorisches Bewegungsspiel würden in dieser zunehmend virtuellen und aussitzenden Welt durch eine Übersprungshandlung zu den bekannten „hyperaktiven“ Kinder und Jugendlichen führen. Ihm zufolge bedürfte unsere heutige moderne und sesshafte Siedlergesellschaft wieder zunehmend natürlicher Voraussetzungen und kreativer Gestaltungsräume, damit die schöpferischen Anlagen des Kindes und Jugendlichen sich normal und gesund entfalten können, statt wie zur Zeit als Krankheitsbild AD(H)S diagnostiziert zu werden. Diese Einschätzung, dass impulsives Handeln im schnellen Erfassen der wesentlichen Punkte einer Situation, einer Tätigkeit, einer Aussage bzw. einer Entwicklung liegt, die damals für Jäger überlebenswichtig waren, setzt ein ausgeprägtes Reizempfinden und eine sofortige Verarbeitungs- und Reaktionsgabe voraus - wobei gilt: je schneller und mehr umso besser! Und genau dieses Potenzial, sieht Hartmann als eine natürlich angelegte Kompetenz und nicht als störendes Defizit an. Zudem brauchte das neuronale Netzwerk des Jägers darüber hinaus ein Erinnerungs- und Reaktivierungsvermögen, welches später erlaubt, sich bei wiederholenden Situationen sofort zurecht zu finden, Lehren aus Fehlern zu ziehen bzw. Erfolge zu wiederholen, was dem Langzeitgedächtnis und aktivierten Lernspuren entspricht. <u>Kahnemann</u> hat diese Grundannahmen von Hartmann im Rahmen seiner wissenschaftlichen Forschungsarbeiten belegt und mit den Begrifflichkeiten des „intuitiven schnellen bzw. logisch überprüfenden langsamen Denken“ unterschieden und benannt. Eine umfassende Neustrukturierung der familiären bzw. institutionellen (schulischen) Situation, Interaktion und Infrastruktur, wie dies bereits in der Begabungs- und Begabtenförderung eingefordert wird, ist die Voraussetzung erforderlich, um in diesem systemischen Ansatz der natürlichen Kompetenzentfaltung die Kinder und Jugendlichen von der defizitären Fremdbeurteilung „AD(H)S“ zur kompetenten Selbstbeurteilung und Selbstannahme in ihrem „Sosein“ erfolgreich zu begleiten. Hierzu findet sich bei <u>Eberspächer</u> schon im Titel seines Buches „Gut sein – wenn es darauf ankommt“ die praxisorientierte Anleitung, da er diese (Hunter)Kompetenzen zu reaktivieren, entfalten und bewusst zu steuern lehrt, was sich im Leistungssport sehr erfolgreich als „intuitiv psychomotorisch und kognitiv mentales Training“ bewiesen hat.</p>	<p>Fundort:</p> <p>Literatur, Forschung, Anwendung in meiner therapeutische Praxisarbeit, praktische und erfolgreiche Sichtweise für meinen eigenen (als ADS diagnostizierten) Sohn, daraus folgend in meiner Vortragsarbeit und internationalen Seminararbeit mit Familien</p> <p>Literatur ad „neue Sichtweise“:</p> <p>Hartmann T. (2001): Eine andere Art, die Welt zu sehen. 8. Aufl. Verlag Schmidt-Römhild; Lübeck.</p> <p>Hartmann T. (2004): ADHS als Chance begreifen. 1. Aufl. Verlag Schmidt-Römhild, Lübeck</p> <p>Kahnemann D.(2012): Schnelles Denken, langsames Denken. 2. Aufl. Siedler Verlag, München.</p> <p>Eberspächer H. (2004): Gut sein, wenn's drauf ankommt: Die Psychologie des Gelingens. 1. Aufl. Carl Hanser Verlag, München</p> <p>Literatur ad „neue Sichtweise“:</p> <p>Müller, A.: Müllers Seiten, Das Online Journal aus Chemnitz http://adhs.muellers-seiten.de/ADHS-02_Was-ist-ADHS.html (07.10.2012)</p>

Methode	Kurzbeschreibung	Fundort und Anwendung
<p>Reittherapie bzw. Heilpädagogische Förderung mit dem Pferd als pädagogische, psychologische, psychotherapeutisch, rehabilitative und soziointegrative Angebote</p>	<p>Es handelt sich bei dieser Form Reittherapie bzw. heilpädagogischer Förderung mit dem Pferd um pädagogische, psychologische, psychotherapeutische, rehabilitative und soziointegrative Angebote. Mit Hilfe des Pferdes kann bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit verschiedenen Behinderungen oder Störungen wie z.B. AD(H)S, Autismus, körperliche Behinderungen, Wahrnehmungs- und Sprachstörungen, usw., eine heilsame neuronale Neuvernetzung initiiert werden.</p> <p>Die dabei günstige Beeinflussung der Persönlichkeitsentwicklung gehört insbesondere in den Bereichen Motorik, Wahrnehmung, Lernen, Befindlichkeit und Verhalten zu den Zielsetzungen. In wissenschaftlichen Untersuchungen hat sich erwiesen, dass die Kompetenzen der interpersonellen Kommunikation, das Selbstbild, die Selbsteinschätzung und die Wahrnehmung der Umwelt angesprochen werden, da über das Erlernen einer erfolgreichen Kommunikation mit dem Pferd auch die für Kommunikation notwendigen Voraussetzungen, (wie differenzierte Wahrnehmung, Deutung, Reflexion, Moderation und Selbststeuerung des eigenen Verhaltens im Einvernehmen mit dem Verhalten anderer) erworben werden können.</p> <p>Das „Bewegtwerden“ auf dem Pferderücken als neuer biochemischer Lernprozess des „Getragenseins“ bringt nicht nur Erleichterung der hyperaktiven körperlichen Stresskaskade, sondern unterstützt Kinder und Jugendliche bei der Ausgestaltung einer vertrauensvollen Beziehung zum Therapiepferd und zum Reittherapeuten, erfahrbar als stimmiges Selbstwertgefühl und situationsbedingte angemessene Selbsteinschätzung. Dies eröffnet neue positive Lernerfahrungen im Bereich des intrapsychischen Erlebens sowie der psychomotorischen Vertrauenswürdigkeit im interaktionellen sozialen Verhalten. So wird den „ständig in Bewegung befindlichen“ hyperaktiven ADS Kindern und zappeligen und verzettelten Jugendlichen die Erweiterung ihrer Wahrnehmung auf ihre eigene Befindlichkeit im „Bewegtwerden als wohltuender Seins- bzw. Ruhezustand“ ermöglicht. Dadurch findet bis in die Neuroimmunologie ein regulatorischer Ausgleich statt. Sehr gute Erfahrungen wurden dabei in der Gruppenarbeit gemacht, wenn Reittherapie als außerschulisches Angebot für mehrere Kinder und Jugendliche z.B. als begleitende Hortmaßnahme bzw. therapeutische Intervention zustande kam. Dabei sollte sowohl dem Grundbedürfnis der Kinder nach Autonomie und Selbstausdruck ihres Wollens als auch dem Antagonist dieses Grundbedürfnisses nach zulassender Verbindlichkeit und erfahrbarer Nähe Raum gegeben werden.</p>	<p>Fundort:</p> <p>während meiner und als meine Reitausbildung, Anwendung in meiner therapeutischen Praxisarbeit und Lehre in der Erwachsenenfortbildung zum Reittherapeuten</p> <p>Literatur ad Reittherapie:</p> <p>DKThR e.V.: Heilpädagogische Förderung mit dem Pferd. http://www.dkthr.de/therapie.php?n2=heilpaedreitenvoltigieren (07.10.2012)</p> <p>Stoffl B. (2003): Mit Pferden erziehen - Wissenschaftliche Begründung, empirische Prüfung, Qualitätssicherung Dissertation, Universität Köln. http://kups.ub.uni-koeln.de/962/ (21.10.2012)</p>