



Das Pferd als Paartherapeut?! – Pferdegestützte Coachings für Paare

Pferdegestütztes Paarcoaching? Darunter können sich die meisten Personen wenig vorstellen. Diese spezielle Form des Coachings genießt zwar bisher wenig Bekanntheit und wird in einer ersten Reaktion häufig belächelt, trotzdem erkämpft sie sich einen Platz unter den gängigen Coachingverfahren, was sich in der wachsenden Anzahl der Anbieter und der steigenden Nachfrage widerspiegelt. Aber wie wird diese Interventionsform angenommen? Was spricht für oder gegen eine Teilnahme und besteht überhaupt die Notwendigkeit, sich externe Beratung einzuholen? Welche Faktoren sind dafür ausschlaggebend, dass Klienten ein pferdegestütztes Paarcoaching in Betracht ziehen würden?

Im Rahmen einer Studie des dritten Semesters der Hochschule Fresenius sollte dies untersucht werden. Auf der Basis der wissenschaftlichen Literatur und bereits durchgeführten Studien wurden drei Hypothesen generiert, die in diesem Zusammenhang geprüft werden sollten. Durch eine Online-Datenerhebung wurden sowohl diese Hypothesen getestet, als auch weitere Daten für eine explorative Analyse erhoben. Dafür wurde zu weiten Teilen auf bereits umfassend evaluierte Fragebögen zurückgegriffen, um eine hohe Aussagekraft der Ergebnisse sicherzustellen.

Es ergaben sich $N = 432$ vollständige Datensätze, die sich zu 72% aus Frauen und zu 28% aus Männern zusammensetzen, deren durchschnittliches Alter zum Befragungszeitpunkt 28,69 Jahre betrug ($SD = 12.14$). Es zeigte sich, dass 62% der Befragten derzeit in einer Beziehung lebten, dass aber nur 5% der Teilnehmerangaben Kinder zu haben. Die Dauer der Beziehungen, in denen die Probanden aktuell lebten oder gelebt hatten, variierte zwischen 0,1 und 45 Jahren ($M = 6.54$, $SD = 2.66$). Es wird deutlich, dass die Beziehungsqualität der derzeitigen oder vorherigen Beziehung als eher positiv bewertet wurde. Unter anderem gaben 63% der Befragten an, mehrmals oder einmal am Tag gemeinsam zu lachen. 45% der Teilnehmer bejahten die Aussage, sehr häufig Zärtlichkeit füreinander zu empfinden, und 44% gaben an, sich sehr häufig ihrem Partner vertraut zu fühlen.

Um zu erfassen, wie ein Paarcoaching generell angenommen wird, wurde erfragt, wie der Partner/die Partnerin bei einer Bitte um ein Paarcoaching reagieren würde. Dabei wurde von 44% der Teilnehmer angegeben, dass der Partner/die Partnerin überrascht reagieren würde, gefolgt von der Einschätzung, nicht ernst genommen zu werden (33%). Nur 1% der Probanden rechnete mit einer erfreuten Reaktion. Gegen die Teilnahme an einem Paarcoaching sprach seitens der Befragten zunächst, dass der Partner dies vielleicht nicht wolle ($M = 3.40$, $SD = 1.12$), gefolgt von dem Argument, dass man sich mit Problemen auseinandersetzen müsste ($M = 3.38$, $SD = 1.40$) und dass es womöglich zu teuer wäre ($M = 3.30$, $SD = 1.27$). Anschließend wurde erfasst, welche Gründe für die Teilnahme an einem Paarcoaching sprechen. Dabei konnten die Befragten mehrere Antwortmöglichkeiten auswählen. 217 Probanden sahen das Erhalten einer objektiven Sicht auf Probleme und Themen als Teilnahmegrund an. Weitere 257 Probanden gaben an, dadurch die Beziehung stärken zu wollen und 244 Personen benannten das Sichtbarmachen von Problemen als Argument für ein Paarcoaching. Bezogen auf pferdegestützte Coachings sprachen sich die Befragten stark dafür aus, mehr über den Partner ($M = 2.99$, $SD = 1.33$), über sich selbst

($M = 2.97$, $SD = 1.39$) und über die Interaktion und Rollenverteilung in der Beziehung herausfinden zu wollen ($M = 2.95$, $SD = 1.32$). Bei den Gründen gegen ein pferdegestütztes Paarcoaching wurden in einer freien Texteingabe häufig die Angst vor Pferden bzw. eine Abneigung gegenüber diesen (17%) oder eine Pferdehaarallergie (6%) aufgeführt. Wenige Befragte gaben mögliche hohe Kosten (6%) oder das Fehlen eines Mehrwertes (5%) aus dieser Intervention an. Trotz der bisher geringen Teilnahme an einem Paarcoaching (4%) konnte sich ein Teil der Probanden vorstellen, an einem pferdegestützten Paarcoaching teilzunehmen ($M = 2.41$, $SD = 1.35$). Ob der Grund dafür in der Tatsache liegt, dass das Pferd als Coach besser angenommen wird als ein klassisches Coaching oder darin besteht, dass die theoretische Bereitschaft durch fehlende Beziehungsprobleme nicht in die Praxis umgesetzt wird, müsste weiter verfolgt werden. Auffällig ist allerdings, dass die Bereitschaft, ein pferdegestütztes Coaching zu empfehlen, höher ausfällt, als selbst daran teilnehmen zu wollen ($M = 2.65$, $SD = 1.21$). Trotzdem könnte in diesem Zusammenhang weiter erforscht werden, ob es im Bereich der pferdegestützten Intervention Hemmungen durch Scham und Vorurteile gegenüber (pferdegestützten) Paarcoachings gibt, die diese Ergebnisse erklären könnten. Die inferenzstatistische Auswertung ergab die folgenden Ergebnisse.

Bezug nehmend auf die erste Hypothese ließ sich zeigen, dass Frauen signifikant eher an einem pferdegestützten Paarcoaching teilnehmen würden als Männer ($t(229) = 4.40$, $p < .05$). Worin der Grund dafür besteht, müsste in weiteren Studien betrachtet werden.

In Bezug auf die zweite Hypothese zeigte sich, dass Reiter im Vergleich zu Nichtreitern eine signifikant höhere Bereitschaft aufwiesen, an einem pferdegestützten Paarcoaching teilzunehmen ($t(161) = 6.06$, $p < .05$). Diese Daten basieren auf einem Anteil von 26% derer, die angaben, Reiter zu sein. Möglicherweise kann der Grund darin liegen, dass Reiter höhere Werte bezüglich ihrer Risikobereitschaft und Begeisterungsfähigkeit aufweisen (Borchardt, 2012).

Ein Zusammenhang zwischen der Teilnahmebereitschaft und der Persönlichkeitsdimension Offenheit für neue Erfahrungen, wie in der dritten Hypothese postuliert, konnte nicht nachgewiesen werden ($r(333) = .068$, $p > .05$, n.s.).

Bezüglich dieser Fragestellungen besteht weiterer Forschungsbedarf, da bisher wenige Studien zu dieser Thematik veröffentlicht wurden. Aufbauend auf den Ergebnissen der vorliegenden Studie könnte näher untersucht werden, welche Aspekte neben der Tatsache, Reiter und / oder weiblich zu sein einen Einfluss auf die Teilnahmebereitschaft an diesen Coachings haben. Dies ist von Bedeutung, um die Ergebnisse interpretieren zu können, dass sowohl Reiter als auch Frauen eine höhere Teilnahmebereitschaft aufwiesen als jeweils Nichtreiter oder Männer. Da Frauen einen Großteil der Reiter darstellen, bleibt offen, welches Merkmal möglicherweise die Teilnahmebereitschaft determiniert. Zusätzlich könnte betrachtet werden, weshalb männliche Probanden eher nicht an einem pferdegestützten Paarcoaching teilnehmen würden, wofür sich ein größerer Anteil von Männern an der Stichprobe empfiehlt. Auch die Untersuchung eines Zusammenhangs zwischen der Beziehungsqualität bzw. der wahrgenommenen Notwendigkeit eines Paarcoachings und dem Alter der Probanden könnte aufschlussreiche Ergebnisse liefern, die eine Definition der Zielgruppe ermöglichen würde.