

Was ist Heilpädagogisches/Therapeutisches Reiten?

- ... intensive, rhythmische, harmonische Bewegung, der man sich *überlassen* kann ...
- ... und dabei *loslassen* kann
- ... sich tragen lassen von einem eigenständigen Geschöpf
- ... (Selbst-) Haltung einnehmen und haben
- ...erspüren des eigenen Körpers und seiner Bewegungsfähigkeit



Selbsterfahrung auf dem Pferd

Das klare, direkte Feedback des Pferdes und seine Fähigkeit, das Verhalten des Menschen unverfälscht zu spiegeln, kann folgende Prozesse „auf Trab bringen“:

- ... Spiegeln des eigenen Verhaltens durch das Pferd kann *neue Einsichten und Veränderungen herbeiführen*
- ... Sich tragen lassen, sich der Bewegung hingeben führt zur *Entspannung*
- ... *Balance, Gleichgewicht* auf dem Pferd führt zu innerem Gleichgewicht
- ... Im Dialog mit dem Pferd *sich selbst kennen lernen*
- ... Begegnung mit dem Pferd kann auf *Begegnung mit anderen Menschen* umgesetzt werden
- ... Führung akzeptieren lernen und *selbst führen lernen*, „selbst die Zügel in die Hand nehmen“

Reiten mit Vertrauen

Mag. Dr. Melanie Knünz



**Heilpädagogisches Reiten
Therapeutisches Reiten**

Selbsterfahrung am Pferd

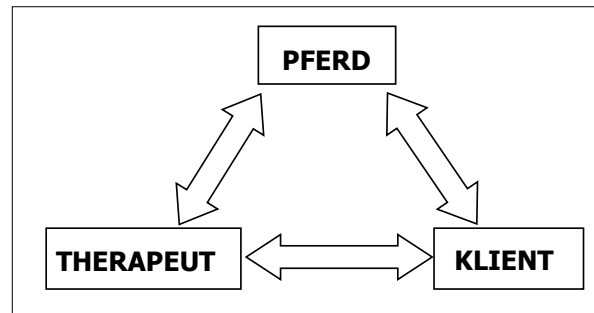
Therapeutisches Reiten eignet sich als ausgezeichnete Maßnahme

- um vorhandene *Ressourcen* zu *reaktivieren* und neue Ressourcen kennenzulernen
- für positive Erfahrungen des Getragen- und Gehaltenwerdens durch den *Bewegungsdialog*
- zur Förderung von *Beweglichkeit*, *Koordination* und *Gleichgewicht*
- zur Stärkung von *Selbstvertrauen*, *Selbstbild* und *Selbstreflexion* durch die Einflussnahme auf das Pferd
- für das Erfahren neuer *Beziehungsqualitäten* durch die Beziehung zur Therapeutin, die zwischen Pferd und Klient vermittelt
- für das Spüren der *eigenen Grenzen* und Spüren der Bedürfnisse des Körpers und der Psyche
- für *Entspannung* bei körperlicher und psychischer Anspannung bzw. bei Ängsten

Das Pferd vermittelt ...

- ... Zuwendung
- ... Abgrenzung
- ... Eindeutigkeit und Ehrlichkeit
 - ... Offenheit
 - ... Grenzen

bei gegenseitigem Respekt und Vertrauen!



Mag. Dr. Melanie Knünz

Psychologin
Reittherapeutin
Reitwart, Voltigierübungsleiterin
Tellington-Trainerin (i.A.)

Kontakt, Terminvereinbarung
und weitere Informationen unter

0660/52 62 923

oder

info@reiten-mit-vertrauen.com

Die Einheiten (30 min.) finden in der
Reitarena Stubai
(Gröbenweg 33, 6166 Fulpmes) statt.