

BACHELORARBEIT

an der

Ostbayerischen Technischen Hochschule Regensburg

Angewandte Sozial- und Gesundheitswissenschaften

Studiengang Soziale Arbeit



Persönlichkeitsentwicklung mithilfe des Reitsports

Inwieweit fördert der Reitsport die Persönlichkeitsentwicklung des Reiters?

Eingereicht bei:

Prof. Dr. phil., Dipl. Psych. Georg Jungnitsch

Abgabetermin: 06.09.2019

Abgabe am: 13.08.2019

Von: Tabea Wittmann

Abstract

Ziel dieser Bachelorarbeit ist es zu bestimmen, welchen Einfluss der Reitsport auf die persönliche Weiterentwicklung des Reiters hat. Dazu wird die folgende Forschungsfrage gestellt: Inwieweit fördert der Reitsport die Persönlichkeitsentwicklung des Reiters?

Um die Forschungsfrage zu beantworten, wurden insgesamt 8 Interviews durchgeführt, analysiert und verglichen. Es wurden jeweils vier Reitanfänger und vier Reiter, welche schon mehrere Jahre aktiv am Reitsport teilnehmen, interviewt. Es wurden zudem fünf Hypothesen formuliert, welche während der Interviews besonders Beachtung gefunden haben. Die Hypothesen besagen, dass der Reitsport zum Einen das Selbstvertrauen, die sozialen Kompetenzen und die Geduld des Reiters fördert, und zum Anderen das Durchsetzungsvermögen, sowie das Verantwortungsbewusstsein des Reiters steigert.

Die Analyse der Interviews zeigt, dass viele Hinweise für die Persönlichkeitsentwicklung durch den Reitsport existieren und die Antworten daher einen enormen Hinweis-, jedoch keinen Aussagewert bieten. Weiterhin wurden von allen Reitanfängern, sowie von allen fortgeschrittenen Reitern sämtliche Hypothesen bestätigt.

Die Antwort, bezogen auf die ursprüngliche Forschungsfrage, lässt sich also folgendermaßen beantworten: Zum Teil gibt es Hinweise für die Persönlichkeitsentwicklung des Reiters durch den Reitsport. Auf dieser Grundlage ist es empfehlenswert, weitere Arbeiten zu diesem Thema durchzuführen, um eine ganzheitliche Antwort zu erhalten.

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	II
Abbildungsverzeichnis	IV
Tabellenverzeichnis	V
1 Einleitung	1
2 Persönlichkeitsbildung	3
2.1 Definition Persönlichkeit.....	3
2.2 Persönlichkeitsmerkmale	3
2.3 Persönlichkeitsentwicklung: Stabilität und Veränderung	6
2.4 Einflüsse auf die Persönlichkeitsentwicklung	7
3 Aspekte der Mensch-Tier-Beziehung in Bezug auf die Persönlichkeitsentwicklung	9
3.1 Körperkontakt mit Tieren.....	9
3.2 Kommunikation mit Tieren	10
3.3 Biophilie	11
4 Die Bedeutung des Pferdes für die Persönlichkeitsentwicklung	13
4.1 Charaktereigenschaften des Pferdes	13
4.2 Aspekte der Beziehung zwischen Mensch und Pferd.....	16
4.3 Interaktion während des Reitens.....	16
4.4 Im Kontext der Therapie	17
5 Reitsport	18
5.1 Definition Reitsport	18
5.2 Abgrenzung zur Therapie	18
6 Aktueller Stand der Forschung	20
7 Fragestellung und Hypothesenbildung	23
7.1 Selbstvertrauen	23
7.2 Soziale Kompetenzen	24
7.3 Geduld.....	25
7.4 Durchsetzungsvermögen	26

7.5	Verantwortungsbewusstsein	27
8	Methoden.....	30
8.1	Rahmenbedingungen	30
8.2	Beschreibung und Auswahl der Stichprobe	30
8.3	Interviewleitfaden.....	31
8.4	Ablauf des Interviews.....	32
8.5	Datenauswertung	33
9	Datenauswertung und Vergleich	35
9.1	Selbstvertrauen	35
9.2	Soziale Kompetenzen.....	40
9.3	Geduld.....	44
9.4	Durchsetzungsvermögen.....	47
9.5	Verantwortungsbewusstsein	50
10	Diskussion der Ergebnisse	53
11	Schlussbetrachtung	58
	Literaturliste.....	VIII
	Anhang	XII
	Anhang 1: Interviewleitfaden für Reitanfänger	XIII
	Anhang 2: Interviewleitfaden für fortgeschrittene Reiter.....	XV
	Anhang 3: Transkripte.....	XVII

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Vergleich zwischen Reitern und Nicht-Reitern.....	21
--	----

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Eigenschaften der Durchsetzungsfähigkeit.....	4
Tabelle 2: Facetten der Altruismus.....	4
Tabelle 3: Facetten der Gutherzigkeit	5
Tabelle 4: Facetten des Pflichtbewusstseins.....	5
Tabelle 5: Codierung der Interviews.....	33
Tabelle 6: Codierung der Kategorien	34

1 Einleitung

Im heutigen Zeitalter der Digitalisierung stellen Computer, Fernseher und Smartphones alltägliche Dinge dar, die meist jedem Kind und Jugendlichen zur Verfügung stehen und von diesen auch begeistert genutzt werden. Oftmals kritisieren die Medien diesen Konsum und beschreiben die daraus resultierenden, negativen Auswirkungen auf die Leistung der Kinder. Der Stern nennt in seinem Artikel neben den schädlichen Effekten des zu hohen Konsums an Medien **„einen Trick, wie man seine intellektuelle Fitness stärken kann. Die Experten der Studie empfehlen dazu eine Stunde Bewegung am Tag.“** (Der Stern, 2018).

Aus Sicht der Verfasserin stellt das Hobby Reiten somit eine ideale Alternative dar, um sowohl die körperliche Aktivität, als auch den Zugang zur Natur wieder etwas mehr in den Fokus und in den Alltag zu rücken. Zudem ist allgemein bekannt, dass Kinder Tiere lieben. Besonders Mädchen sind von Pferden sehr angetan und verspüren nicht selten das Bedürfnis Reiten lernen zu wollen (vgl. Förster, 2005, S.66). Durch dieses Hobby erlernen Kinder schon bereits sehr früh die Bedeutung von Verantwortung und Fürsorge, nicht nur für sich selbst, sondern auch für das Tier zu übernehmen.

Es gibt zahlreiche Studien über die positiven Auswirkungen der Mensch-Tier-Beziehung. Auch das Forschungsfeld Tiere als Therapie steht nicht selten im Fokus, genauso wie Hippotherapie oder die Therapie mit Pferden. Hierbei ist allerdings anzumerken, dass der Reitsport und seine Auswirkungen in der Forschung bisher kaum Beachtung gefunden haben (vgl. Nobbe, 2008, S.69) und daher wenig durchleuchtet wurden. Erstaunlich ist dies jedoch in Betracht auf die hohe Anzahl an Reitern, die sich in Deutschland aktuell auf knapp vier Millionen beläuft (vgl. Deutsche Reiterliche Vereinigung e.V., 2019).

Die vorliegende Bachelorarbeit thematisiert daher die Frage, inwieweit der Reitsport die Persönlichkeitsentwicklung des Reiters fördert. Zur Beantwortung der Forschungsfrage werden Interviews mit Reiteranfängern und Reitern, welche schon mehrere Jahre aktiv am Reitsport teilnehmen, durchgeführt, analysiert und verglichen.

Diese Arbeit gliedert sich in mehrere Kapitel. Der erste Abschnitt widmet sich der Persönlichkeitsbildung, genauer gesagt, der Definition der Persönlichkeit und welche Persönlichkeitsmerkmale in Bezug auf den Reitsport von Bedeutung sind. Weiterhin werden Voraussetzungen für die Persönlichkeitsentwicklung erläutert, und es wird zudem beschrieben, welche Einflussfaktoren es gibt, die die Entwicklung der Persönlichkeit beeinflussen.

Der zweite Teil zeigt verschiedene Aspekte der Mensch-Tier-Beziehung auf, welche eine wichtige Rolle für die Persönlichkeitsentwicklung spielen. Im folgenden Gliederungspunkt wird beschrieben, warum und welchen Beitrag Pferde für die Entwicklung der Persönlichkeit leisten. Anschließend wird der Reitsport als solcher kurz erläutert, um darauffolgend die Abgrenzung zur Therapie zu ziehen. Der nächste Abschnitt wendet sich dem aktuellen Stand der Forschung zu und bezieht dabei auch die neuste Studie der Deutschen Reiterlichen Vereinigung mit ein.

Die Basis der Themenfrage sind verschiedene Hypothesen in Bezug auf die Persönlichkeitsentwicklung, welche im darauffolgenden Kapitel beschrieben werden. Den Übergang zum praktischen Teil dieser Arbeit stellen die Methoden der Forschung dar. Der Hauptteil hingegen befasst sich mit der Auswertung, der Analyse und dem Vergleich der durchgeführten Interviews. Die Ergebnisse der Auswertung werden im Anschluss diskutiert. Der letzte Gliederungspunkt stellt eine Schlussbetrachtung dar, welche einen Gesamtüberblick über die Beantwortung der Themenfrage schaffen soll.

2 Persönlichkeitsbildung

Das nun folgende Kapitel „Persönlichkeitsbildung“ setzt sich zusammen aus der Definition der Persönlichkeit und welche Eigenschaften eine Person charakterisieren. Im Rahmen dieser Bachelorarbeit werden allerdings nur solche Merkmale betrachtet, welche in Bezug auf Persönlichkeitsentwicklung beim Reiten eine Rolle spielen. Es werden Theorien vorgestellt, welche die Eigenschaften: „Selbstvertrauen“, „soziale Kompetenzen“, „Geduld“, „Verantwortungsbewusstsein“ und „Durchsetzungsvermögen“ in Bezug auf die Persönlichkeit darstellen. Als nächstes wird die Stabilität der Persönlichkeit im Lebenslauf betrachtet und auch Voraussetzungen für Persönlichkeitsentwicklung. Zum Schluss werden verschiedene Aspekte, welche die Persönlichkeit beeinflussen, in den Fokus gerückt.

2.1 Definition Persönlichkeit

Der Begriff Persönlichkeit ergibt sich aus dem zeitlich überdauernden Muster, in dem, was die Menschen tun. Sie ist also eine Mischung aus folgenden Merkmalen: das Temperament, das Gefühlsleben, der Intellekt und der Art zu handeln, zu kommunizieren und sich zu bewegen. Jeder Mensch hat eine individuelle Kombination dieser Merkmale, welche sich gewöhnlich von den anderen Menschen unterscheidet. Zur Persönlichkeit zählen insbesondere auch die Gewohnheiten einer Person, also wie sich diese normalerweise verhält (vgl. Roth, 2014, S.15).

2.2 Persönlichkeitsmerkmale

Eines der bekanntesten Modelle zur Erfassung der Persönlichkeit, ist das Modell der Big Five. Folgende Merkmale impliziert dieser Ansatz: Extraversion, Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit, Neurotizismus und Offenheit¹ (vgl. Roth, 2014, S.17). Jedem Merkmal werden verschiedene weitere positive, als auch negative Persönlichkeitseigenschaften subsumiert (vgl. Roth, 2014, S.17).

¹ Im Rahmen dieser Bachelorarbeit werden nur solche Merkmale betrachtet, welche in Bezug auf die Persönlichkeitsentwicklung beim Reiten eine Rolle spielen

Die Extraversion umfasst Persönlichkeitseigenschaften, wie Aktivität, Begeisterungsfähigkeit und Selbstvertrauen etc. (vgl. Brandtstädter, 2015, S.32). Da in dem Kontext das Selbstvertrauen eine wichtige Rolle spielt, wird auf dieses Merkmal nun der Fokus gelegt. Selbstvertrauen bedeutet, das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, dies impliziert auch, Gewünschtes zu erreichen oder Unerwünschtes abwehren zu können (vgl. Brandtstädter, 2015, S.202). Das Selbstvertrauen führt so zu einer zuversichtlichen Einstellung zur persönlichen Zukunft, aber auch eine positive Einstellung zur vergangenen Lebensgeschichte (vgl. Brandtstädter, 2015, S.201f).

Eine weitere Facette der Extraversion stellt beispielsweise die Durchsetzungsfähigkeit dar (vgl. Asendorpf; Neyer, 2012, S. 138). In der nachfolgenden Tabelle werden die positiven, als auch negativen Eigenschaften der Durchsetzungsfähigkeit näher dargestellt.

Tabelle 1: Eigenschaften der Durchsetzungsfähigkeit

Niedrige Werte	Hohe Werte
Entscheidungsschwach, unentschlossen, unterwürfig	Dominant, energisch, entscheidungsfreudig

(vgl. Asendorpf; Neyer, 2012, S. 138)

Das Merkmal Vertäglichkeit beinhaltet für die Bearbeitung dieser Bachelorarbeit gleich zwei wichtige Eigenschaften, wie Altruismus und Gutherzigkeit, da diese die soziale Kompetenz eines Menschen hervorheben. Tabelle zwei stellt die Facetten des Altruismus dar und Tabelle drei, die der Gutherzigkeit (vgl. Asendorpf; Neyer, 2012, S. 139).

Tabelle 2: Facetten der Altruismus

Niedrige Werte	Hohe Werte
Egoistisch, Ichbezogen, selbstsüchtig	Großzügig, hilfsbereit, rücksichtsvoll

(vgl. Asendorpf; Neyer, 2012, S. 139)

Tabelle 3: Facetten der Gutherzigkeit

Niedrige Werte	Hohe Werte
Hartherzigkeit, mitleidslos, unbarmherzig	Gutmütig, mitfühlend, verständnisvoll

(vgl. Asendorpf; Neyer, 2012, S. 139)

Auch das Merkmal Gewissenhaftigkeit ist durch seine Eigenschaft Pflichtbewusstsein im Rahmen dieser Arbeit von Bedeutung, da mit ihr das Verantwortungsbewusstsein beschrieben werden kann. Menschen, welche ein hohes Pflichtbewusstsein haben, haben nach Asendorpf und Neyer (2019, S. 141) auch ein hohes Verantwortungsbewusstsein. Die folgende Tabelle stellt die Merkmale des Pflichtbewusstseins dar.

Tabelle 4: Facetten des Pflichtbewusstseins

Niedrige Werte	Hohe Werte
Leichtfertig, locker, unzuverlässig	Pflichtbewusst, verantwortungsbewusst, zuverlässig

(Vgl. Asendorpf; Neyer, 2012, S.141)

Ein weiteres Modell, welches angewendet wird, um die Persönlichkeit eines Menschen zu erfassen, ist das DISG-Persönlichkeits-Profil, welches von John Geier entwickelt wurde (vgl. Schimmel-Schloo; Seiwert; Hardy; Küstenmacher, 2002, S.98). Dieses untersucht die Beweggründe, also Motive für Handlungen, und kategorisiert das Verhalten von Personen. Folgende vier Verhaltensstile liegen diesem Modell zu Grunde „dominant“, „initiativ“, „stetig“ und „gewissenhaft“ (vgl. Schimmel-Schloo et al., 2002, S.95). Personen mit einem stetigen Verhaltensstil sind dazu angeregt, ein berechenbares Umfeld zu schaffen, sind geduldig und haben die Tendenz in Gruppen lieber als Teammitglied, statt als Teamleiter zu fungieren (vgl. Schimmel-Schloo et al., 2002, S.101). Das DISG-Persönlichkeitsprofil findet neben dem Big Five Modell in dieser Bachelorarbeit ebenfalls Erwähnung, da dieses Modell Geduld als Persönlichkeitsmerkmal beschreibt.

Nun wurden alle Persönlichkeitsmerkmale² erfasst, welche für die Bearbeitung der vorliegenden Bachelorarbeit von Bedeutung sind, weshalb sich der nächste

² Persönlichkeitsmerkmale: Selbstvertrauen, soziale Kompetenzen, Geduld, Durchsetzungsvermögen, Verantwortungsbewusstsein

Punkt dieser Bachelorarbeit mit der Stabilität und Veränderbarkeit der Persönlichkeit auseinandersetzt.

2.3 Persönlichkeitsentwicklung: Stabilität und Veränderung

Wie bereits in Punkt 2.1 erläutert, beinhaltet die Persönlichkeit eines Menschen alle über einen längeren Zeitraum überdauernden individuellen Besonderheiten im Erleben und Verhalten. Dieser Zeitraum bezieht sich auf wenige Wochen oder Monate (vgl. Asendorpf, 2008, S. 16). Dies impliziert, dass Persönlichkeit zumindest eine kurzfristige Stabilität von Tendenzen in Erleben und Verhalten voraussetzt. Eine langfristige Veränderung der Persönlichkeit über eine Zeitspanne von mehreren Monaten oder Jahren ist somit nicht auszuschließen (vgl. Asendorpf, 2008, S. 16). In Fällen von solchen langfristigen Veränderungen wird somit von Persönlichkeitsentwicklung gesprochen (vgl. Asendorpf, 2008, S. 16). Zeitlich überdauernde Veränderungen der Tendenzen des Erlebens und Verhaltens einer Person erhalten immer zwei Komponenten:

- 1) Durchschnittliche Veränderungen: Diese sind alterstypisch und stellen deshalb auch keine individuelle Besonderheit der Entwicklung dar (vgl. Asendorpf, 2008, S. 16).
- 2) Differentielle Veränderungen: Diese sind ausschließlich auf individuelle Besonderheiten der Entwicklung zurückzuführen und sind nicht alterstypisch (vgl. Asendorpf, 2008, S. 16).

Die Voraussetzung für Persönlichkeitsentwicklung ist eine differenzielle Entwicklung (vgl. Asendorpf, 2008, S. 16). Die Persönlichkeit eines Menschen kann sich also verändern, auch wenn das Erleben und Verhalten konstant bleibt. Umgekehrt kann die Persönlichkeit eines Menschen gleich bleiben, wenn sich das Erleben und Verhalten ändert, aber nur, wenn diese Veränderungen alterstypisch sind (vgl. Asendorpf, 2008, S. 16).

2.4 Einflüsse auf die Persönlichkeitsentwicklung

Verschiedene psychologische und neurobiologische Persönlichkeitsforscher nehmen an, dass sich die Persönlichkeit eines Menschen aus vier Einflusskräften ergibt.

- 1) **Genetische Prädispositionen:** Unter diesem Punkt werden Gene- und Gen-Komponenten verstanden, welche unterschiedlich ausfallen. Sie unterscheiden sich bei jedem Menschen in ihrer individuellen Zusammensetzung und weichen im Detail voneinander ab. Menschen unterscheiden sich daher vom Erbgut her deutlich stärker als bisher angenommen (vgl. Roth, 2014, S.103).
- 2) **Eigentümlichkeiten der Hirnentwicklung:** Diese ist ausschlaggebend für die Art, wie sich das psychisch zuständige Hirngebiet ausbildet bzw. fehlentwickelt (vgl. Roth, 2014, S.103).

Sowohl die Gene, als auch die individuelle Hirnentwicklung legen nach Schätzungen von Forschern bereits 50 % der Persönlichkeit eines Menschen fest, genauso bestimmen sie die ausgeprägten Begabungen und den Intelligenzgrad einer Person (vgl. Roth, 2014, S.104).

- 3) **Vorgeburtliche und frühe nachgeburtliche affektiv-emotionale Erlebnisse:** Diese Erlebnisse haben direkt oder über den Körper der Mutter Einfluss auf das limbische System des Ungeborenen. Dies betrifft insbesondere Stress auslösende Ereignisse, wie zum Beispiel Alkohol-/ Nikotin-/ Drogenmissbrauch der Mutter, schwere körperliche Misshandlungen oder psychische Belastungen. Hervorzuheben sind hier ganz ausdrücklich die ersten Bindungserfahrungen, sowie Erfahrungen mit dem sonstigen engeren sozialen Umfeld. Nach der Tiefenpsychologie können eventuelle Fehlentwicklungen für die Herausbildung einer narzisstischen Persönlichkeit verantwortlich sein, sowie in einer Verkümmerng des Ichs münden. Die Einflüsse in den ersten Lebensjahren machen knapp 30 % der Persönlichkeit aus (vgl. Roth, 2014, S.104).
- 4) **Sozialisierende Vorgänge:** Diese Einflusskräfte betreffen das Kindes- und Jugendalter, sowie das frühe Erwachsenenalter über Verwandte,

Freunde, Schulfreunde, Lehrer, Kollegen etc. Die bewusste Persönlichkeit ist immer eine soziale bzw. sozialisierende Persönlichkeit, welche bis zu einem gewissen Maß Korrektur- und Zügelungsfunktionen übernimmt, und die egoistischen Triebe abmildert. Diese Art der Sozialisation ist im Vergleich zu den anderen Einflusskräften weniger stark ausgeprägt und macht circa 20 % unserer Persönlichkeit aus (vgl. Roth, 2014, S.105).

Die Persönlichkeit eines Menschen ergibt sich also aus der Wechselwirkung der vier eben genannten Einflussfaktoren (vgl. Roth, 2014, S.105).

In Bezug auf die Forschungsfrage stellt sich spätestens an dieser Stelle die Frage, inwieweit der Reitsport die Persönlichkeitsentwicklung beeinflussen kann. Näheres hierzu wird im Kapitel 4 dieser Arbeit beschrieben.

3 Aspekte der Mensch-Tier-Beziehung in Bezug auf die Persönlichkeitsentwicklung

Laut Olbrich wurde bereits mehrmals nachgewiesen, dass die meisten Lebewesen dem Bestreben folgen, gute Beziehungen zu ihrer Umwelt aufzubauen und diese auch aufrecht zu erhalten (vgl. Olbrich, 2009, S. 129).

In diesem Sinne widmet sich der folgende Abschnitt dieser Bachelorarbeit nun den wichtigsten Aspekten der Mensch-Tier-Beziehung, welche in Bezug auf den Prozess der Persönlichkeitsgestaltung Einfluss haben. Hierzu zählt der Körperkontakt und die Kommunikation mit den Tieren, sowie die Biophiliehypothese.

3.1 Körperkontakt mit Tieren

Der Körperkontakt zu Tieren ist eines der hervorstechendsten Merkmale der Mensch-Tier-Beziehung und mitverantwortlich für die Entstehung der einer positiven und vertrauensvollen Beziehung zu dem Tier. Nicht selten kommt es in der heutigen Zeit vor, dass dem Bedürfnis von Kindern und auch Jugendlichen nach Zuneigung, Nähe und Zärtlichkeit nicht ausreichend nachgekommen wird. Durch die Möglichkeit Tiere zu streicheln und zu kuscheln, sind diese daher ideal geeignet, dieses Bedürfnis zu befriedigen (vgl. Greiffenhagen, 2007, S. 38f). Nicht zuletzt erleichtert sich der Zugang zu den Tieren durch ihr Wesen, Menschen so zu akzeptieren, wie sie sind. Diese bedingungslose Akzeptanz, frei von jeglicher Wertvorstellung, sowie eine Unvoreingenommenheit ermöglicht Kindern und Jugendlichen ohne Ängste vor Zurückweisung oder Enttäuschung an das Tier heranzutreten und sich wohl zu fühlen (vgl. Badura, 2014, S. 136). Sobald erste Anfangshürden, wie Respekt oder Angst vor dem Tier, überwunden sind entsteht durch diese intensive Art des Kontakts eine positive vertrauensvolle Beziehung zu dem Tier und häufig avanciert dieses in Folge dessen zum Freund. Oftmals betrachten Menschen Tiere daher sogar als ein Mitglied ihrer Familie (vgl. Beetz, 2009, S. 144).

Weiterhin ist in der Mensch-Tier-Beziehung das Fürsorgeverhalten charakteristisch, da sich der Mensch durch die enge Bindung dem Tier gegenüber nicht nur verpflichtet fühlt, sondern auch das Gefühl hat, gebraucht zu werden. Beetz

bezeichnet dieses Verhalten als ein „Bemuttern“ der Tiere (vgl. Beetz, 2009, S. 146).

Wird nun der Zusammenhang zwischen dem Körperkontakt mit den Tieren und der Persönlichkeitsentwicklung betrachtet, lässt sich feststellen, dass ein Mensch auch aufgrund des intensiven Körperkontakts zu dem Tier eine tiefe Beziehung aufbaut und sich dadurch ein erhebliches Bedürfnis nach Fürsorge und Verantwortung entwickelt (vgl. Greiffenhagen, 2007, S. 73). In Folge dessen erzieht das Tier das Kind auch zur Fürsorge gegenüber anderen Menschen (vgl. Greiffenhagen, 2007, S. 73), was ein Hinweis für die positive Persönlichkeitsentwicklung durch Tiere darstellt.

3.2 Kommunikation mit Tieren

In wissenschaftlicher Betrachtung unterscheidet sich das Kommunikationsverhalten signifikant von Tieren und Menschen, weshalb es notwendig ist, nun die Kommunikation zwischen den beiden eben Erwähnten in den Blick zu nehmen.

Die Verständigung zwischen Mensch und Tier verläuft primär über die analoge Kommunikation (vgl. Frömming, 2006, S. 20). Laut Olbrich ist diese nicht wortsprachlich, sondern stellt eine nonverbale und keine voll bewusste Verständigung dar, jedoch eine bewusst erfahrbare Kommunikation (vgl. 2009, S. 118).

Tiere können das Verhalten der Menschen durch dessen Körpersprache, Mimik und Gestik, den Blickkontakt, die Stimme, der Stimmung und nicht zuletzt den Körpergeruch interpretieren und verstehen (vgl. Frömming, 2006, S. 20). Der Mensch hingegen kann durch das Verhalten des Tieres, wie zum Beispiel dessen Körperhaltung und Laute auf seine aktuelle Gemütslage schließen (vgl. Frömming, 2006, S. 20).

Zusammengefasst werden Kinder und Jugendliche, die einen engen Kontakt zu Tieren pflegen, dazu befähigt die tierischen Bedürfnisse und Gefühle wahrnehmen zu können. In Folge dessen können Heranwachsende auch die Gefühle und Bedürfnisse anderer Menschen leichter verstehen. Der Grund hierfür ist, dass die

Kinder lernen die vielfältigen und facettenreichen Situationen mit dem Tier auf ihren Alltag zu übertragen und somit auch auf andere Menschen. Es kann somit festgehalten werden, dass die Kommunikation mit den Tieren einen wertvollen Beitrag für die Persönlichkeitsentwicklung, in Bezug auf soziale Kompetenzen, leisten kann.

Dadurch, dass Tiere auf das Verhalten der Menschen immer situationsgebunden und eindeutig durch ihre Körpersprache reagieren, erfüllen sie zwei wichtige Aspekte des menschlichen Lernens und auch der Entwicklung. „**Die Unmittelbarkeit der Reaktion und die Klarheit der Reaktion [...]**“ (Olbrich, 2009, S. 118). Einerseits lernen die Heranwachsenden also, dass jede eigene Aktion unmittelbar eine Reaktion bei dem Tier auslöst (vgl. Olbrich, 2009, S. 118) und andererseits aber auch, wie sie sich selbst authentisch verhalten können (vgl. Stoffl, 2002, S.51). Der Grund hierfür ist, dass Tiere nicht fähig sind uneindeutige, widersprüchliche Botschaften, also solche, bei denen die verbalen und nonverbalen Signale nicht übereinstimmen, zu verstehen. Infolge dessen lernen Kinder also, sich so auszudrücken, dass die Tiere sie möglichst gut verstehen (vgl. Badura, 2014, S.137).

Für die Persönlichkeitsentwicklung bedeutet dies, dass die Kinder bzw. die Jugendlichen wissen, dass auf jedes Verhalten ihrerseits eine Reaktion vom Gegenüber erfolgt. Zudem könnten sie ihre Kommunikationsfähigkeit verbessern, da bei einer analogen Kommunikation Schwierigkeiten, wie beispielsweise das Double-bind-Phänomen³ ausgeschlossen ist (vgl. Stoffl, 2002, S.51).

3.3 Biophilie

Eine der bekanntesten Ansätze zur Erklärung und Analyse der Mensch-Tier-Beziehung stellt die Biophiliehypothese dar, welche von Wilson und Kellert postuliert wurde (vgl. Vernooij, 2009, S.159). Sie dient als Erklärung dafür, warum Menschen sich über Artgrenzen hinweg für andere lebende Spezies interessieren (vgl. Beetz, 2009, S. 153). Die Theorie geht davon aus, dass Menschen von

³ Beziehung, Bindung zwischen einander nahestehenden, meist sozial voneinander abhängigen Personen, bei der die eine Person sich der anderen gegenüber widersprüchlich äußert und verhält (Bibliographisches Institut GmbH, Duden, 2019)

Geburt an ein angeborenes Interesse an allem Lebenden haben, wodurch sich das Bedürfnis, eine Verbindung mit anderen Lebewesen einzugehen, ergibt (vgl. Frömming, 2006, S. 18). Da Tiere bei Menschen Empathie auslösen, wird diese Affinität zusätzlich verstärkt (vgl. Olbrich, 2009, S. 117). Diese empathische Beziehung zwischen Mensch und Tier sorgt für ein angenehmes, entspanntes Befinden, sowie einen förderlicheren Umgang mit Stresssituationen (vgl. Olbrich, 2009, S.123).

Wird nun der Aspekt der Biophilie auf die Persönlichkeitsentwicklung bezogen, zeigt sich, dass der Mensch aufgrund seiner Affinität zu Tieren Empathie entwickelt, mit belastenden Situationen besser umgeht, und allgemein einen besseren Gesundheitszustand aufweist (vgl. Olbrich, 2009, S. 117). Die Empathie kann den sozialen Kompetenzen subsumiert werden, weshalb auch dieser Gesichtspunkt für die Bearbeitung dieser Bachelorarbeit von wesentlicher Bedeutung ist.

4 Die Bedeutung des Pferdes für die Persönlichkeitsentwicklung

In Anbetracht des Themas der vorliegenden Bachelorarbeit stellt sich spätestens an dieser Stelle die Frage, inwieweit Pferde zur Persönlichkeitsbildung von Menschen beitragen können. Als Erstes werden die Charaktereigenschaften des Pferdes und die daraus resultierende Bedeutung für die Persönlichkeitsentwicklung dargestellt. Weiterhin werden nochmals wichtige Aspekte der Beziehung zwischen Mensch und Pferd aufgegriffen, sowie die Interaktion während des Reitens. Der letzte Gliederungspunkt beinhaltet, welchen Beitrag, im Kontext der Therapie, Pferde für die Persönlichkeitsbildung leisten.

4.1 Charaktereigenschaften des Pferdes

Um im Rahmen dieser Bachelorarbeit die Bedeutung der Pferde für die Persönlichkeitsentwicklung noch näher darlegen zu können, ist es zunächst notwendig, Grundlegendes zur Lebensweise und zum Sozialverhalten des Pferdes in seiner Umgebung deutlich zu machen.

Eine der hervorstechendsten Charaktereigenschaften von Pferden ist, dass diese von Natur aus Fluchttiere sind (vgl. Stempel, 2011, S. 27). Die Evolution hat sie gelehrt, ihre Umgebung genauestens zu beobachten und entsprechend zu reagieren, um ihre Überlebenschancen zu erhöhen (vgl. Stempel, 2011, S. 28). So nehmen Pferde jedes Detail in ihrer näheren Umgebung wahr und reagieren unmittelbar und situationsgebunden, im Sinne von Hier und Jetzt (vgl. Stoffl, 2002, S.51). Diese Fähigkeit von Pferden macht es unmöglich, dass Menschen ihnen eine optimistische Gefühlslage vortäuschen, obwohl sie sich zum Beispiel verängstigt fühlen, auch wenn dies den Menschen selbst oft gar nicht bewusst ist. Menschen müssen also lernen, sich in der Gegenwart von Pferden authentisch zu verhalten, da diese aufgrund ihrer Fähigkeiten genau spüren, was in den Menschen vorgeht. Durch diese sensible Wahrnehmung sind Pferde dazu fähig, Angst, Unruhe und Ungeduld im Umgang mit ihnen zu spiegeln (vgl. Stoffl, 2002, S.48).

Aus Sicht der Autorin lernen die Menschen also, ihre eigenen Gefühle korrekt wahrzunehmen, richtig zu interpretieren und sich selbst und anderen gegenüber ehrlich zu sein. Das Spiegeln ermöglicht zudem, dass Menschen ihr Verhalten reflektieren und überlegen, wieso ihr Verhalten bei Pferden bestimmte Reaktionen hervorruft. In diesem Sinne kann das Pferd also ebenfalls die Persönlichkeitsentwicklung fördern, da der Mensch lernt, welchen Einfluss seine Aktionen haben.

Eine weitere Eigenschaft von Pferden ist ihre hohe Sensibilität für mimisch-körperliche Ausdruckssignale (vgl. Stoffl, 2002, S.49). Für Menschen mit Behinderung, wie zum Beispiel Autismus können Pferde somit als geeignete und leicht zugängliche Gesprächspartner betrachtet werden, da sie fast ausschließlich nonverbal kommunizieren und damit die Verständigung für Autisten erleichtert wird (vgl. Olbrich, 2009, S. 118). Menschen mit Behinderung können ihr Repertoire an körperlichen und nonverbalen Ausdrucksformen ergänzen, da bei der Kommunikation zwischen Mensch und Pferd sprachliche Inhalte an Bedeutung verlieren und nonverbale Ausdrucksmittel, wie Gestik und Mimik die Basis für die Verständigung bilden (vgl. Badura, 2014, S. 138). Nach dem gleichen Prinzip können natürlich auch Menschen ohne Behinderung von dem Kontakt zu Pferden profitieren, da auch sie die Möglichkeit haben, ihre nonverbale Kommunikation zu verbessern. Somit erhöht sich durch die Begegnung mit dem Pferd die Selbstwirksamkeit und auch das Selbstvertrauen der Menschen (vgl. Frömming, 2006, S. 54), was durchaus als Persönlichkeitsentwicklung betrachtet werden kann. Studien kamen ferner zu dem Schluss, dass die Gestik und Mimik von Menschen mit Behinderungen durch den Umgang mit Pferden nicht nur vermehrt eingesetzt, sondern auch ausdrucksvoller wurde (vgl. Badura, 2014, S. 136ff). Weitere Ergebnisse der Studie waren die Verbesserung der Interaktionsfähigkeit, sowie der Anstieg der Kontakt- und Kooperationsbereitschaft (vgl. Badura, 2014, S. 138).

Die Basis für eine kommunikative Verständigung zwischen Mensch und Pferd stellt ein gegenseitiges Kontaktbedürfnis beider Seiten dar (vgl. Stoffl, 2002, S.49). Daher ist es von wesentlicher Bedeutung, dass das Pferd das grundlegende Bedürfnis hat, langfristige positive soziale Beziehungen einzugehen (vgl. Bohnet, 2009, S.39). Wie in Punkt 3.2 bereits erläutert, lernen die Kinder durch

den Umgang mit Tieren, dass ihr Verhalten immer und sofort eine Reaktion bei ihrem Gegenüber auslöst. Besonders Pferde eignen sich hervorragend durch ihre Fähigkeit zum Spiegeln, wie Menschen sich selbst authentisch ausdrücken können (vgl. Stoffl, 2002, S.51). Dadurch gewinnt der Mensch auch die Erkenntnis einer Geradlinigkeit, Eindeutigkeit und Kongruenz (vgl. Stoffl, 2002, S.51). Da Pferde nicht in der Lage sind uneindeutige, widersprüchliche Botschaften, also solche, bei denen die verbalen und nonverbalen Signale inkongruent sind, zu verstehen und darauf zu reagieren (vgl. Badura, 2014, S. 137), lernt der Mensch sich so auszudrücken, dass ihn sein Pferd möglichst gut versteht. Das ist besonders dann der Fall, wenn Denken, Fühlen und Handeln eine Einheit bilden, also eine Kongruenz zwischen den inneren Absichten, den verbalen Äußerungen, sowie den nonverbalen, körperlichen Ausdruck besteht (vgl. Badura, 2014, S. 137). Durch diese Eindeutigkeit in der Kommunikation zwischen Mensch und Pferd lassen sich Kommunikationsbarrieren abbauen. In Folge dessen kann es zu einer Öffnung für zwischenmenschliche Kommunikation und Kontaktaufnahme kommen (vgl. Badura, 2014, S. 137), was einen weiteren Aspekt der Persönlichkeitsentwicklung bedeutet.

Pferde haben zudem einen hohen Aufforderungscharakter (vgl. Frömming, 2006, S. 57). Sie verhalten sich im Umgang mit Menschen zunächst zurückhaltend, so dass ein vorheriger Vertrauens- und Beziehungsaufbau Grundvoraussetzung ist (vgl. Stoffl, 2002, S.59). Es liegt in der Natur des Pferdes, sich anderen Lebewesen nicht aufzudrängen, wie es beispielsweise ein Hund tun würde, wodurch der Mensch selbst die Gelegenheit hat, Nähe und Distanz zu regulieren (vgl. Stoffl, 2002, S.59). Dadurch eignen sich Pferde besonders zum Erwerb und zur Förderung von Beziehungskompetenzen (vgl. Badura, 2014, S. 135), wodurch sich auf Dauer auch die Persönlichkeit weiterentwickelt.

Fasst man den letzten Abschnitt zusammen, kann festgestellt werden, dass Pferde Menschen beim Abbau von (Körper-)Kontaktängsten, Misstrauen und Verslossenheit helfen, sowie zum Aufbau von Vertrauen beitragen. Insgesamt verbessern Pferde die Fähigkeit zur Öffnung von zwischenmenschlichen Kontakten, was einen weiteren Aspekt der Persönlichkeitsentwicklung darstellt. Somit

wurde detailliert beschrieben, dass Pferde einen wertvollen Beitrag in der Entwicklung der Persönlichkeit leisten können.

4.2 Aspekte der Beziehung zwischen Mensch und Pferd

Wie bereits in Punkt 3.3 Biophilie beschrieben, lösen Tiere beim Menschen Empathie aus. Eine Studie konnte außerdem beweisen, dass Kinder, welche mit Tieren aufwachsen, die nonverbal ausgedrückte Befindlichkeit des Gegenübers besser deuten konnten, als solche, die ohne Tiere groß geworden sind. Zudem lernen Kinder die Gefühle und Bedürfnisse von anderen besser zu begreifen. Weiterhin wurde belegt, dass Kinder, die regelmäßigen Kontakt zu Tieren pflegen, auch anderen Menschen gegenüber emphatisch sind (vgl. Olbrich, 2009, S. 117).

Bezieht man diese Erkenntnisse auf Pferde, lässt sich feststellen, welchen Einfluss diese auf Menschen haben und durch sie in der Lage sind, die sozialen Kompetenzen eines Menschen zu fördern.

Durch die enge, emotionale Beziehung zu dem Pferd wird den Menschen ermöglicht, die Bedeutung zu erleben für ein anderes Lebewesen verantwortlich zu sein. Das Resultat ist, dass der Mensch dadurch in seiner Eigenständigkeit und Handlungsfähigkeit unterstützt wird und sich somit als Person erfahren kann, welche von Pferden akzeptiert und Vertrauen entgegengebracht wird (vgl. Stoffl, 2002, S.71).

4.3 Interaktion während des Reitens

Die Interaktion während des Reitens erfordert ein sich-einlassen und sich-einstellen auf die Bewegung des Pferdes, wodurch für den Reiter positive, lebensbejahende Gefühle wahrnehmbar sind (vgl. Stoffl, 2002, S.52). Das Pferd bemüht sich kontinuierlich „seine Bewegungen dem Schwerpunkt des Reiters anzupassen und unter seine Last zu treten, sodass ein Gefühl von Sicherheit [...] entstehen kann und erfahrbar wird“ (vgl. Stoffl, 2002, S.52). Dem Reiter wird durch den großflächigen Körperkontakt das Wahrnehmen der eigenen Körpergrenzen

erleichtert. Durch die Interaktion mit dem Pferd kommt es auch zur Förderung der Wahrnehmung und Informationsverarbeitung, da durch die unterschiedliche Ausprägung der Weite der Schritte, Tritte, Geschwindigkeit, etc. sehr differenzierte Wahrnehmungsimpulse während des Reitens entstehen. Das Reiten fördert also die taktilen Wahrnehmungsimpulse, sowie das Körperbewusstsein (vgl. Stoffl, 2002, S.62). Die Eigenwahrnehmung, Selbstreflexion und Flexibilität wird während des Reitens ebenfalls gefördert, da der Reiter fortlaufend Informationen erhält, diese dann verarbeiten muss, um seinen eigenen Körper mit den Bewegungen des Pferdes abzustimmen (vgl. Stoffl, 2002, S.63). Weiterhin werden durch den Reitsport die Gesamtkoordination, das Reaktionsvermögen, die Ausdauer sowie die Konzentration verbessert (vgl. Stoffl, 2002, S.63).

All diese Effekte des Reitsports zeigen auf, dass auch hier von Persönlichkeitsentwicklung gesprochen werden kann. Der Bewegungsdialog zwischen Pferd und Reiter weist eindeutige Auswirkungen auf verschiedene Persönlichkeitsaspekte der Psyche, Emotionalität und Soziabilität nach.

4.4 Im Kontext der Therapie

„Bereits im Altertum war die heilende und gesundheitsfördernde Wirkung durch die Harmonie zwischen Mensch und Tier bekannt.“ (Frömming, 2006, S. 51), in der Therapie hingegen, werden mit dem Reiten sogar weitere positive Aspekte assoziiert, wie die Persönlichkeitsförderung und die Stärkung des Selbstbewusstseins (vgl. Frömming, 2006, S. 54). Weiterhin heißt es im Kontext der Therapie, dass Pferde bei folgenden Problemen helfen können: Umgang und Abbau von Ängsten, Bildung und Aufbau von Vertrauen, Steigerung des Selbstwertgefühls, Förderung bei Konzentrationsstörungen, Umgang mit Antipathien, Aggressivitätsabbau, Einstellung auf einen oder mehrerer Partner, Kennenlernen des Ablaufs von gruppenspezifischen Prozessen (vgl. Frömming, 2006, S. 57). Auch in diesem Kontext konnten also ebenfalls die positiven Aspekte der Mensch-Pferd-Beziehung dargestellt werden.

5 Reitsport

Das folgende Kapitel widmet sich dem Thema Reitsport. Dieser wird als Erstes definiert und über die Abgrenzung zur Therapie näher beschrieben.

5.1 Definition Reitsport

„Reitsport ist eine Kunst, die die Bewegungen von Mensch und Pferd zu Einer werden lässt und ein Höchstmaß an nonverbaler Kommunikation und Einfühlungsvermögen verlangt.“ (Schumacher, 2016, S.11)

Die Verfasserin dieser Bachelorarbeit definiert den Reitsport folgendermaßen: Reitsport bedeutet, sich von einem Pferd tragen zu lassen. Dabei hat der Reiter die Aufgabe, dem Pferd mittels seiner Gewichts-, Schenkel- und Zügelhilfe mitzuteilen, in welche Richtung, welches Tempo und welche Gangart er reiten möchte. Mit seinen Hilfen dirigiert der Reiter so aktiv die Bewegungen des Pferdes. Der Reitsport beinhaltet selbstverständlich auch das vorherige Putzen und Satteln des Pferdes, sowie das Umsorgen nach dem Reiten.

Zum Reitsport zählen zudem verschiedenen Disziplinen, wie das Dressurreiten, das Springreiten, das Vielseitigkeitsreiten, das Westernreiten usw. (vgl. Deutsche Reiterliche Vereinigung e.V., 2018).

5.2 Abgrenzung zur Therapie

Das Therapeutische Reiten setzt sich zusammen aus folgenden drei großen Hauptbereichen: Hippotherapie, Heilpädagogisches Reiten und Voltigieren und Reiten als Sport für Behinderte. Innerhalb dieser Bereiche steht die psychologisch-pädagogische, medizinische und sportliche Arbeit mit dem Pferd im Vordergrund (vgl. Förster, 2005, S.72f).

Ganz grundsätzlich unterscheidet sich der klassische Reitsport vom Therapeutischen Reiten dadurch, dass eine andere Zielgruppe angestrebt wird und andere

Zielsetzungen verfolgt werden. Die Hippotherapie ist zum Beispiel für Patienten mit körperlichen Einschränkungen, wie Spastiker, Querschnittsgelähmte etc. ausgelegt und soll damit die Gesundheit des Reiters fördern (vgl. Förster, 2005, S.74). Auch das Heilpädagogische Reiten und Voltigieren ist für eine extra dafür ausgelegte Personengruppe ausgerichtet, welche mit unterschiedlichen Behinderungen, Auffälligkeiten oder Störungen zu kämpfen haben. Der Fokus liegt ganz klar auf dem therapeutischen Nutzen. Förster (vgl. 2005, S.75) beschreibt mehrere Bereiche, welche durch das Pferd positiv beeinflusst werden. Grundsätzlich beschreibt er die körperliche, geistige und soziale Entwicklung der Erkrankten, aber auch die Rehabilitation von Menschen durch das Pferd (vgl. Förster, 2005, S.75). Zusammenfassend liegt der Fokus innerhalb des therapeutischen Reitens auf der Förderung, Wiedererlangung und Stabilisierung der Gesundheit, sowie der Prävention von der Weiterentwicklung spezifischer krankheitsbedingter Aspekte.

Aus Sicht der Autorin gelten diese eben zusammengefassten Zielsetzungen im klassischen Reitsport, eher als sekundär. Menschen wollen das Reiten aus den unterschiedlichen Gründen erlernen, wie beispielsweise aufgrund ihrer Liebe zu Pferden, eine sportliche Aktivität in Kooperation mit einem Lebewesen betreiben, die Verbundenheit zur Natur zu stärken etc. Damit unterscheidet sich der klassische Reitsport zur Therapie durch seine Zielgruppe, sowie der Zielsetzungen und den spezifischen Übungen, welche nur Anwendung im therapeutischen Bereich finden.

6 Aktueller Stand der Forschung

Wie bereits in der Einleitung erwähnt, ist der Forschungsgegenstand Reitsport in der aktuellen Forschung wenig untersucht, weshalb sich in wissenschaftlichen Untersuchungen bisher kaum Auswirkungen und Folgen des Reitens finden lassen.

Die deutsche Reiterliche Vereinigung e.V. ließ im Jahr 2012 in einer Studie erstmalig die Effekte des mehrjährigen Kontakts mit Pferden auf die Charakterbildung erforschen.

Die Stichprobengröße beläuft sich auf insgesamt 813 Personen im Alter von 14 bis 65 Jahren, von denen 411 Reiter und 402 Nicht-Reiter untersucht wurden. Die Erhebung der Daten erfolgte über ein Online-Tool und Forschungsgegenstand der Studie waren die Auswirkungen des mehrjährigen Kontakts mit Pferden auf die Charakterbildung (vgl. Deutsche Reiterliche Vereinigung e.V., 2013).

Die Ergebnisse der Studie wurden in einer Pressemitteilung der deutschen Reiterlichen Vereinigung veröffentlicht, in der es heißt: „Reiten fördert die charakterliche und soziale Entwicklung“. Weiterhin wird in dem Bericht erörtert, dass die Studienergebnisse belegen, dass Reiter im Gegensatz zu Nicht-Reitern deutlich zielstrebig, begeisterungsfähiger und ausgeglichener sind (vgl. Schneider, 2012). Die Pressemitteilung beschreibt zudem auch wesentliche Unterschiede im zwischenmenschlichen Bereich, wonach Reiter ein höheres Maß an Sensibilität und Einfühlungsvermögen besitzen. Auch schätzen sich Reiter laut dem Bericht deutlich ausgeglichener, zufriedener, aktiver und sportlicher sowie naturverbundener ein, als Nicht-Reiter (vgl. Schneider, 2012).

Betrachtet man nun allerdings die tatsächlichen Ergebnisse der Studie, stellt man fest, dass sich die Charaktereigenschaften der Befragten hinsichtlich ihrer eigenen Einschätzung nicht signifikant voneinander unterscheiden. Beide Stichprobengruppen nennen ähnliche Begriffe in vergleichbarer Häufigkeit, um ihre Persönlichkeit zu beschreiben. (Siehe Tabelle)

angestellt werden, um empirische Beweise für eine positive Persönlichkeitsentwicklung durch den Reitsport zu erhalten.

7 Fragestellung und Hypothesenbildung

Zentrales Anliegen dieser Bachelorarbeit ist es, erste empirische Hinweise für eine positive Persönlichkeitsentwicklung des Reiters durch den Reitsport zu finden.

Die Fragestellung der Untersuchung lautet konkret: Inwieweit fördert der Reitsport die Persönlichkeitsentwicklung des Reiters?

Aus dieser Fragestellung ergeben sich, in Anlehnung an die eigene Praxiserfahrung der Autorin und in Anlehnung an die vorherige Literaturarbeit, diverse Hypothesen, welche im Folgenden näher erläutert werden.

7.1 Selbstvertrauen

Hypothese 1: Durch den Reitsport wird das Selbstvertrauen des Reiters gestärkt.

Diese Hypothese kann zum Teil auf den Körperbau des Pferdes zurückgeführt werden. Pferde sind Menschen körperlich deutlich überlegen, da sie viel kräftiger, stärker und schneller sind und eine beeindruckende Körpergröße besitzen (vgl. Stempel, 2011, S. 31f). Vielen Menschen flößen diese Faktoren enormen Respekt ein, anderen wiederum sogar Angst. Durch den engen Kontakt und die Arbeit mit dem Pferd werden diese Ängste mit der Zeit abgebaut, sodass ein vertrauensvolles Verhältnis zwischen Mensch und Pferd entsteht.

Die vorherige Literaturarbeit hat gezeigt, dass Pferde Menschen spiegeln. Daher würde ein ängstlicher Reiter auch ein ängstliches Pferd unter sich spüren. Aus Sicht der Autorin ist auf dieser Grundlage allerdings keine zufriedenstellende Arbeit mit dem Pferd als Partner möglich und auch beim Reiten wären die Erfolgchancen, seine Ziele zu erreichen, eher gering. Als Mensch braucht man daher nicht nur Vertrauen zu dem Pferd, sondern auch zu sich selbst und seine eigenen Fähigkeiten, denn ohne Selbstvertrauen ist Reiten nicht möglich. Um also erfolgreich reiten zu können, muss man Vertrauen in sich und seine Fähigkeiten haben. Ein gutes Beispiel stellt das Springen über Hindernisse dar, denn besonders in solchen Situationen ist das Vertrauen in sich selbst von essentieller Bedeutung.

Wie bereits in Punkt 4.1 erwähnt, spüren Pferde, wenn ihr Reiter ängstlich ist, da sich zum Beispiel seine Muskulatur verkrampft und sich der Sitz des Reiters verändert. Wenn der Reiter also nicht davon überzeugt ist, das Hindernis überqueren zu können und eventuell sogar Angst hat, kann es durchaus passieren, dass das Pferd am Sprung vorbei läuft oder sogar verweigert den Sprung zu passieren. Durch den Reitsport wird also das Selbstvertrauen gestärkt, weil der Reiter erst dann seine Ziele mit dem Pferd erreichen kann, wenn er in sich selbst und in seine Fähigkeiten genug Vertrauen entwickelt hat.

7.2 Soziale Kompetenzen

Hypothese 2: Die sozialen Kompetenzen des Reiters werden durch den Reitsport gefördert.

Im vorherigen Kapitel Aspekte der Mensch-Tier-Beziehung in Bezug auf die Persönlichkeitsentwicklung wurde bereits beschrieben, dass Pferde nonverbal kommunizieren. Das hat die Folge, dass der Reiter am Pferd selbst erkennen muss, wie sich sein Tier fühlt und wie sein gesundheitlicher Zustand ist. Beispielsweise bekommt der Reiter über verschiedene Indikatoren, wie die Ohrenstellung, die Kopfhaltung oder bestimmte Verhaltensweisen seines Pferdes, wie ein häufiges Schweifschlagen oder Abschnauben wichtige Informationen über das Wohlbefinden seines Tieres. Reiter werden also durch ihren engen Kontakt zum Pferd dazu befähigt, die nonverbalen Signale, auch während des Reitens wahrzunehmen und somit zu erkennen, welche Bedürfnisse und Gefühle das Pferd momentan hat. Ein Teil der Hypothese, dass Reiten die sozialen Kompetenzen des Reiters fördert, lässt sich also dadurch erklären, dass diese durch den empathischen Umgang mit Pferden auch die Gefühle und Bedürfnisse anderer Menschen leichter deuten können und ihnen gegenüber auch empathischer werden.

Die sozialen Kompetenzen werden durch das Reiten zudem gefördert, insbesondere, wenn der Reitlehrer kritisches Feedback an den Reiter gibt, was er während des Reitens noch verbessern kann. Durch diese ständige Kommunikation wird die Kritikfähigkeit verbessert.

Auch der Beziehungsaufbau und die Beziehungsfähigkeit, welche den sozialen Kompetenzen untergeordnet sind, kann durch den Reitsport verbessert werden. Das lässt sich durch das Wesen des Pferdes, Menschen so zu akzeptieren, wie sie sind, erklären. Wenn der Reiter merkt, dass das Pferd ihm gegenüber immer aufgeschlossen und frei von jeglichen Wertvorstellungen ist, so könnte er ebenfalls diese Einstellung übernehmen. Somit wird auch automatisch der Beziehungsaufbau und die Beziehungsfähigkeit des Reiters verbessert, da er lernt, sich Menschen gegenüber aufgeschlossen und ohne Vorurteile zu verhalten.

7.3 Geduld

Hypothese 3: Der Reitsport verbessert die Geduld des Reiters.

„Wer eine gute Beziehung zum Pferd aufbauen will, [...] sollte viel Geduld [...] aufbringen.“ (Förster, 2005, S.68)

Das Sprichwort „Geduld ist eine Tugend“ trifft also besonders auf den Reitsport zu. Nicht nur beim Beziehungsaufbau, sondern vor allem auch, wenn ein Reiter eine neue Lektion mit seinem Pferd lernen will, wird die Geduld des Reiters enorm auf die Probe gestellt. Das Pferd braucht einen gewissen Zeitraum, bis es versteht, was der Reiter von ihm möchte. Dieser muss seinem Pferd die nötigen Hilfen ganz korrekt und jedes Mal aufs Neue auf die gleiche Art geben, damit das Pferd versteht, was er von ihm verlangt. Wenn dies gegeben ist, braucht das Tier erneut Zeit, um die Lektion korrekt ausführen zu können. Es muss, wie auch ein Mensch, die Übung mehrmals wiederholen, bis es für diese die erforderliche Kraft und Balance besitzt. Insbesondere bei herausfordernden Lektionen kann es der Fall sein, dass das Pferd erstmal die nötigen Muskeln aufbauen muss, um die Übung korrekt ausführen zu können. Dies kann durchaus auch einen längeren Zeitraum in Anspruch nehmen, bis die notwendige Muskulatur ausreichend trainiert ist. Der Reiter muss daher die erforderliche Geduld und Einsicht besitzen, damit sich der Pferdekörper entsprechend entwickeln kann. Dies stellt die Basis für das Training mit einem Pferd dar. Es kann auch vorkommen, dass das Pferd trotz der nötigen Muskeln eine Übung nicht ausführt, weil es zum Beispiel an dem Tag zu unmotiviert ist, diese umzusetzen. In solchen Situationen muss der Reiter

ebenfalls geduldig sein, die Situation analysieren, nach Lösungen suchen und versuchen die Durchlässigkeit⁴ des Pferdes wiederherzustellen.

Nicht selten aber liegt der Fehler beim Reiter selbst, wenn ein Pferd eine Übung nicht korrekt durchführt. Auch der Reiter muss die notwendigen Muskeln besitzen und die richtige Hilfengebung beherrschen, damit das Pferd die Lektion richtig ausführen kann. Er muss ebenso viel üben und lernen, wie die Hilfen fehlerfrei angewendet werden.

Schlussendlich kann festgehalten werden, dass der Reitsport die Geduld des Reiters nicht nur fördert, sondern sogar voraussetzt. Aus Sicht der Autorin werden ungeduldige Menschen ihrem Pferd mit sehr geringer Wahrscheinlichkeit etwas beibringen können, sofern sie nicht in der Lage sind, ihre Ungeduld zu reduzieren.

7.4 Durchsetzungsvermögen

Hypothese 4: Das Durchsetzungsvermögen des Reiters wird durch den Reitsport geschult.

Eine wesentliche Eigenschaft, welche im Reitsport immer wieder vom Pferd gefördert wird, stellt das Durchsetzungsvermögen dar. Ein Pferd wird mit hoher Wahrscheinlichkeit seinem Reiter nicht gehorchen, wenn es ihm an Durchsetzungsvermögen mangelt, wodurch adäquates Reiten unmöglich wird. Beim Reiten geht es zwar darum, mit dem Partner Pferd ein Team zu werden, dennoch ist Durchsetzungsvermögen und konsequentes Handeln von essentieller Bedeutung. Mit einem Pferd, welches beispielsweise nicht stehen bleiben will, den Reiter beim Grasens am Strick mitzieht und ungehorsam ist, wird es schwer ein Team zu bilden. Während der Interaktion mit dem Pferd kommt es also immer wieder zu Situationen, in denen der Reiter sich durchsetzen muss, nicht nur während des Reitens, auch schon beim Putzen, Satteln, Spazieren gehen etc. Zusätzlich können durch fehlendes Durchsetzungsvermögen während des Reitens

⁴ Definition aus Sicht der Autorin: Innere und äußere Bereitschaft des Pferdes die Hilfen des Reiters anzunehmen und auszuführen.

gefährliche Situationen entstehen. Dies ist zum Beispiel der Fall, wenn man mit dem Pferd im Gelände ausreitet, vor Bahngleisen anhalten muss und das Pferd verweigert stehen zu bleiben. In dem eben beschriebenen Szenario ist es zwangsläufig notwendig, dass sich der Reiter durchsetzt, um Gefahren rechtzeitig abwenden zu können. Ein weiteres Beispiel, wieso der Reitsport das Durchsetzungsvermögen fördert, stellt das Galoppieren mit sehr aktiven Pferden dar. Grundsätzlich soll der Reiter jederzeit das Tempo bestimmen, welches geritten wird. Wenn das Pferd allerdings seinem Reiter nicht gehorcht und unkontrolliert galoppiert, kann auch in diesem Fall leicht eine gefährliche Situation entstehen. Aber nicht nur mit aktiven und vorwärtsdrängenden Pferden muss sich der Reiter durchsetzen können, sondern auch bei unmotivierten und faulen Pferden ist das Durchsetzen von Nöten, beispielsweise wenn ein Pferd die Hilfen des Reiters zum Antraben⁵ nicht akzeptiert. Pferde, wie auch Menschen, lernen zudem nur durch konsequentes Handeln. Wenn ein Reiter in gleichen Situationen immer unterschiedlich und willkürlich handelt, weiß das Pferd nie, wie es sich richtig verhalten soll. Durch konsequentes und konsistentes Behaupten lernt das Pferd somit, sich auf seinen Reiter verlassen zu können und bekommt dadurch auch Sicherheit vermittelt.

7.5 Verantwortungsbewusstsein

Hypothese 5: Durch den Reitsport wird das Verantwortungsbewusstsein des Reiters geschult.

Ein weiterer Aspekt der positiven Einwirkung auf die Persönlichkeitsentwicklung durch den Reitsport wird auch durch eine Steigerung des Verantwortungsbewusstseins verdeutlicht. Zum Reitsport zählt neben dem Reiten natürlich auch das Versorgen, Füttern und Pflegen der Pferde, was das Verantwortungsbewusstsein des Reiters erhöht. Das tägliche Kontrollieren des Befindens des Pferdes ist ebenfalls ein wichtiger Punkt, da nicht nur auf äußerliche Verletzungen, sondern auch auf das Verhalten des Pferdes geachtet werden muss, ob es beispielsweise genug trinkt, frisst oder äppelt. Diese täglichen Kontrollen fördern ebenfalls das Verantwortungsbewusstsein. Aber auch durch das Reiten an sich

⁵ Der Reiter gibt dem Pferd Impulse in die Gangart Trab zu wechseln

wird dieses verbessert, da man als Reiter, sobald man auf dem Pferd sitzt, Verantwortung nicht nur automatisch übernimmt, sondern auch übernehmen muss.

Das Pferd läuft gewöhnlich auf der Vorhand⁶, demzufolge bringt man durch sein eigenes Gewicht als Reiter noch mehr Last auf die vordere Partie des Pferdes (vgl. Stodulka, 2006, S. 32). Bei einer solchen dauerhaften Fehlbelastung wird das Pferd mit hoher Wahrscheinlichkeit eine Arthrose oder andere Gelenkschäden entwickeln (vgl. Stodulka, 2006, S. 33). Zur Prävention von gesundheitlichen Schäden ist der Reiter daher in der Verpflichtung sein Pferd anatomisch korrekt zu reiten, die Vorhand des Pferdes zu entlasten und die Hinterhand⁷ des Pferdes zu aktivieren, damit das Pferd locker und entspannt laufen kann und den Rücken aufwölbt.

Der Reiter steht zudem in der Verpflichtung seine Trainingseinheiten immer in Hinblick auf die Gesundheit seines Pferdes zu planen und durchzuführen, sodass diesem kein Schaden zugefügt wird. Hierbei ist wichtig zu erwähnen, dass sich nicht nur der Reiter vor seiner Trainingseinheit aufwärmen muss, sondern auch das Pferd, da sonst ein Verschleiß der Gelenke droht. Es liegt in der Verantwortung des Reiters circa zehn Minuten vorher Schritt zu gehen, um das Pferd nicht zu überfordern (vgl. Stodulka, 2006, S. 25).

Weiterhin kann der Mensch beispielsweise ohne große Anstrengung für einen längeren Zeitraum leichttraben⁸, allerdings braucht das Pferd nach mehreren Runden dennoch eine Pause, dessen muss sich der Reiter immer bewusst sein. Auch die Dauer einer Trainingseinheit muss auf das Pferd, seine aktuelle Gemütslage, an die Übungen, welche die Trainingseinheit beinhaltet und äußere Gegebenheiten ausgerichtet werden. Ansonsten kann es zu einer Überforderung des Pferdes kommen und eventuell schadet der Reiter seinem Pferd sogar. Insbesondere beim Springreiten steht der Reiter in der Verpflichtung sein Pferd nicht über zu hohe Hindernisse zu drängen, welche es körperlich noch nicht bewältigen kann, da sich das Pferd und auch der Reiter sonst ernsthaft verletzen

⁶ Vordere Partie des Pferdes, welche sich aus Kopf, Vorderbeinen und Hals zusammensetzt

⁷ Gesamte hintere Partie des Pferdes, welche sich aus dem Becken, den Hinterbeinen etc. des Pferdes zusammensetzt

⁸ Aus Sicht der Autorin bezeichnet Leichttraben einen bestimmten Sitz im Trab

können. All das legt nahe, dass das Verantwortungsbewusstsein enorm gefördert wird.

8 Methoden

Der nächste Gliederungspunkt erörtert die Rahmenbedingungen der qualitativen Studie und die Beschreibung und Auswahl der Stichprobe. Zudem wird der Interviewleitfaden in seinen Grobzügen vorgestellt, sowie der Ablauf des Interviews geschildert.

8.1 Rahmenbedingungen

Als Reitanfänger wird in diesem Kontext von einem Reiter ausgegangen, welcher noch an der Longe⁹ reitet und noch nicht in der Lage ist, das Pferd selbstständig zu reiten. Die fortgeschrittenen Reiter reiten regelmäßig und bereits über einen längeren Zeitraum.

Die Verfasserin hat sich bewusst für die Eigenschaften: Selbstvertrauen, soziale Kompetenzen, Geduld, Durchsetzungsfähigkeit und Verantwortungsbewusstsein, welche durch den Reitsport gefördert werden, entschieden. Der Grund hierfür ist, dass sie selber Reitunterricht erteilt, und eine Förderung dieser Eigenschaften bei ihren Schülern beobachten konnte. Daher interessiert die Autorin, ob diese positive Entwicklung auf den Reitsport zurück zu führen ist, oder nicht.

8.2 Beschreibung und Auswahl der Stichprobe

Bei der Auswahl der Interviewpartner wurde sich auf Reiter einer bestimmten Reitschule beschränkt. Die vier fortgeschrittenen Reiter wurden bewusst von der Verfasserin als Interviewpartner ausgewählt, da bei diesen die positiven Auswirkungen des Reitsports am besten zu erkennen sind. Bei den Reitanfängern ließen sich über das Schneeballverfahren vier Interviewpartner finden. Zur Auswertung liegen daher insgesamt von diesen acht Interviewpartnern vollständige Datensätze vor, die sich aus sechs weiblichen, sowie zwei männlichen Personen im Alter von 13-16 Jahren zusammensetzen.

⁹ Aus Sicht der Autorin: Der Reitschüler reitet an einer langen Leine im Kreis um den Reitlehrer herum

8.3 Interviewleitfaden

Im Rahmen der qualitativen Forschung hat sich die Autorin, bezogen auf die Erhebung und die Erfassung der Daten, für das Leitfadeninterview entschieden. Ein entscheidender Faktor hierfür war, dass diese Art des Interviews eine gewisse Struktur und Offenheit ermöglicht, sowie den Grad der Standardisierung herabsenkt (vgl. Strübing, 2018, S. 102). Dies kommt dadurch zustande, dass die Autorin bei der Formulierung der Fragen auf eine eher offene Fragestellung geachtet hat. Die Reduktion der Standardisierung ist weiterhin auch dadurch gegeben, dass die Fragen des Leitfadens in der Reihenfolge und in ihrer Detaillierung änderbar sind (vgl. Strübing, 2018, S. 102). Da im Interviewleitfaden zentrale Themenfragen ausformuliert werden, sowie zum Teil Antwortmöglichkeiten im Vorhinein überlegt werden, stellte diese Art des Interviews die beste Möglichkeit zur Erhebung der Daten dar. Der Grund hierfür ist das Alter mit 13 bis 16 Jahren der Interviewpartner, wodurch Komplikationen in der Gesprächsführung entstehen können. Der Leitfaden soll allerdings nur als Erleichterung während des Gesprächs dienen, auf den man zurückgreifen kann, falls der Gesprächsfluss abflacht (vgl. Strübing, 2018, S. 103).

Ein weiterer Grund für die Auswahl eines Interviewleitfadens ist, dass bei einem schwach strukturierten Interview die Gefahr besteht, dass wichtige Themenrichtungen und Fragengebiete eventuell nicht zur Sprache kommen (Strübing, 2018, S. 103f). So stellt die Verfasserin sicher, dass das Forschungsthema umfangreich erschlossen wird.

Die Autorin hat sich zudem bewusst gegen eine narrative Form des Interviews entschieden, da die Antworten der Interviewpartner sich nicht, beziehungsweise kaum steuern lassen und diese so oftmals sehr unterschiedlich ausfallen, wodurch sich nur schwer übereinstimmende Aspekte in den Aussagen der verschiedenen Interviews finden lassen. Bei einem Leitfadeninterview hingegen gelingt die Vergleichbarkeit der Daten durch die Einhaltung des Leitfadens, im erhöhten Maß.

Weitere Gründe, weshalb sich die Autorin für ein Leitfadeninterview entschieden hat, ist zum Beispiel, dass sich der Interviewer während des Gesprächs frei

entscheiden kann, welche Frage er stellen will und somit die Situation des Interviews beliebig angepasst werden kann. Des Weiteren bietet der Leitfaden eine gewisse Orientierung für den Interviewer, da dieser dabei behilflich ist, das eigentliche Forschungsthema nicht aus den Augen zu verlieren.

8.4 Ablauf des Interviews

Die Interviews können in drei Phasen unterteilt werden: Die erste Phase des Gesprächs ist zum Einstieg in die Thematik gedacht. Bevor das Interview startet wird jedoch zuallererst geprüft, ob das Aufnahmegerät funktionsbereit ist und dann wird die Aufnahme betätigt. Sobald dies erledigt ist, wird der Interviewpartner darüber aufgeklärt, dass das Interview im Rahmen einer qualitativen Studie der Fachhochschule in Regensburg getätigt wird und alle Angaben und Aussagen freiwillig sind. Die zu befragenden Personen, sowie ihre Erziehungsberechtigten werden selbstverständlich darüber informiert, dass ihre Daten vertraulich behandelt werden, und dass sich durch die Beantwortung der Fragen keine Rückschlüsse auf ihre eigene Person ergeben. Das Gespräch wird mit soziodemografischen Fragen zur Person eröffnet, wodurch die erste Anspannung und Befangenheit bezüglich des Interviews geregelt werden soll. Während der zweiten Phase, also der Hauptphase, welche einen Großteil des Gesprächs abdeckt, werden Fragen zur zentralen Thematik gestellt. Der Interviewer hat hier auch die Möglichkeit, gegebenenfalls nochmals Rückfragen zu stellen, falls während des Gesprächs Unklarheiten auftreten sollten. Die Abschlussphase widmet sich der Abrundung des Gesprächs. Der Abschluss des Interviews ist zudem dazu gedacht, die Interviewsituation aufzulösen, ohne dass die antwortende Person überfordert wird. Zuletzt wird den Interviewpartnern gedankt, dass sie sich dazu bereit erklärt haben, an dem jeweiligen Interview teilzunehmen und bei Bedarf werden ihnen gegebenenfalls offene Fragen beantwortet.

8.5 Datenauswertung

Bevor die erhobenen Daten ausgewertet werden können, wurden die Interviews als Erstes mit Hilfe der vorher angefertigten Transkripte ganz grob analysiert und anhand der aufgestellten Hypothesen ergeben sich bereits die Kategorien, welche in jede der acht Interviews gefunden werden können. Auf folgende Kategorien wird während der Auswertung der Fokus gelegt: „Selbstvertrauen“, „Geduld“, „Soziale Kompetenzen“, „Verantwortungsbewusstsein“ und „Durchsetzungsvermögen“. Anschließend wurden alle Interviews erneut analysiert und die Textstellen den verschiedenen Kategorien zugeordnet. Nachdem dies geschehen ist, wurden alle Aussagen zusammengefasst und miteinander verglichen.

Im Folgenden gibt es eine Übersicht, über die im Text verwendeten Codes bezüglich der Interviews und der Kategorien.

Tabelle 5: Codierung der Interviews

Interview	Codierung	Alter	Geschlecht	Reitzeit
1	I1-19-06-19	16	weiblich	4 Jahre
2	I2-21-06-19	13	weiblich	6 Jahre
3	I3-21-06-19	14	weiblich	9 Jahre
4	I4-23-06-19	16	männlich	2 Monate
5	I5-03-07-19	15	weiblich	3 Monate
6	I6-05-07-19	16	weiblich	3 Wochen
7	I7-07-07-19	15	männlich	3 Monate
8	I8-10-07-19	16	weiblich	8 Jahre, 5 Jahre Voltigiererfahrung

Tabelle 6: Codierung der Kategorien

Code	Inhalt der Kategorie	Definition
SV	Selbstvertrauen	Die Kategorie bezieht sich auf das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und eine optimistische Einstellung gegenüber der eigenen Zukunft.
SK	Soziale Kompetenzen	Zu den sozialen Kompetenzen zählt unter anderem die Fähigkeit zur Empathie, Beziehungskompetenzen und auch Offenheit gegenüber anderen Menschen.
G	Geduld	Die Kategorie Geduld bezieht sich in diesem Sinne auf die Fähigkeit eines Menschen abwarten zu können, ohne das Ergebnis der Frustration.
DV	Durchsetzungsvermögen	Das Durchsetzungsvermögen bezieht sich in diesem Kontext darauf hartnäckig zu bleiben, um sein Ziel zu erreichen und nicht nachzugeben.
VB	Verantwortungsbewusstsein	Verantwortungsbewusstsein beinhaltet, dass man sich stets seiner eigenen Verantwortung und den Konsequenzen seines Handelns bewusst ist.

9 Datenauswertung und Vergleich

Der folgende Abschnitt dieser Bachelorarbeit befasst sich mit der Auswertung der Interviews, sowie einem Vergleich der Aussagen zwischen den Reitanfängern und den fortgeschrittenen Reitern.

Zunächst werden jedoch die Kategorien „Selbstvertrauen“, „Geduld“, „Soziale Kompetenzen“, „Verantwortungsbewusstsein“ und „Durchsetzungsvermögen“ einzeln betrachtet und ausgewertet.

Zur Wiederholung: Die vorliegende Studie verwendet eine Stichprobe von $N = 8$. Dabei handelt es sich einerseits um fortgeschrittene Reiter, aber auch um Reitanfänger. Um die Identität der Probanden zu schützen, wurden Ihnen bestimmte Nummern zu gewiesen. Probanden eins bis drei und Proband acht sind hierbei die fortgeschrittenen Reiter (Hier definiert als mindestens drei Jahre lang aktiv den Reitsport ausübend), wohingegen Probanden vier bis sieben Reitanfänger (noch an der Longe reitend) sind. Das durchschnittliche Alter beträgt $M = 15,125$ mit einer Standardabweichung von $S = 1,0533$ und einer Varianz von $V = 1,1094$. Die Stichprobe setzt sich zusammen aus sechs weiblichen und zwei männlichen Probanden.

9.1 Selbstvertrauen

In diesem Abschnitt der Bachelorarbeit wird die Kategorie „Selbstvertrauen“ genauer betrachtet. Diese Kategorie beinhaltet das Vertrauen einer Person in die eigenen Fähigkeiten. Darunter fällt auch, dass die Person eine optimistische Einstellung gegenüber der eigenen Zukunft hat.

Zuerst folgt die Analyse der Interviews der fortgeschrittenen Reiter und im Nachhinein werden die Interviews der Anfänger näher betrachtet.

Fortgeschrittene Reiter

Interviewpartner eins äußert bezüglich seiner Persönlichkeit, dass er als Reitanfänger sehr unsicher war und aufgrund seiner Introvertiertheit stets auf die Hilfe von anderen angewiesen war (vgl. I1-19-06-19, Z.42-45), wobei sich dies allerdings mittlerweile geändert hat: „Dass ich halt einfach mache und schau was bei

raus kommt.“ (I1-19-06-19, Z.113-116). Diese optimistische Einstellung, welche in dem Statement eben beschrieben wurde, lässt auf das Selbstvertrauen schließen, dass sich Interviewpartner eins inzwischen angeeignet hat, wodurch die Hypothese bekräftigt wird, dass das Selbstvertrauen durch den Reitsport gefördert wird.

Ähnlich verhält es sich mit Interviewpartner drei. Auch bei ihm ist auffällig, dass er während seiner Zeit als Anfänger sehr unsicher war und kein Vertrauen in seine Fähigkeiten besaß. Hier zeigt sich eine Parallele mit Interviewpartner eins, denn im Laufe der Zeit stärkte sich auch bei Interviewpartner drei das Selbstvertrauen. Belegen kann dies folgende Aussage: „[...] und jetzt mache ich mir halt auch nicht mehr so viele Gedanken. Und wenn ein Fehler passiert, dann ist es halt einfach so.“ (I3-21-06-19, Z. 516-520). Im weiteren Verlauf des Interviews häuften sich vergleichbare Zitate. Interviewpartner drei beschrieb ausführlicher seine erhöhte Fehlerakzeptanz und seine trotzdem positive Einstellung, wenn etwas im Leben nicht sofort gelingt, dass er bei zukünftigen ähnlichen Situationen Erfolg haben wird (vgl. I3-21-06-19, Z.556-560, Z.562ff). Die hier beschriebene optimistische Einstellung in Bezug auf die Zukunft ist ein eindeutiger Hinweis für das geförderte Selbstvertrauen von Interviewpartner drei. Ein weiterer Aspekt, welcher diese Entwicklung belegt, stellt folgende Aussage dar: „[...] ich hatte [...] Angst vor [...] Ponyhufen [...]. Und das hat sich natürlich auch verändert durch das, wie man es richtig macht.“ (I3-21-06-19, Z.544-550) Hier beschreibt Interviewpartner drei eindeutig, dass er Vertrauen in seine Fähigkeiten gewonnen hat und aufgrund dessen seine Angst erfolgreich abbauen konnte. Die ausgewählten Passagen zeigen, dass sich das Selbstvertrauen von Interviewpartner drei gesteigert hat, wodurch die ursprüngliche Selbstvertrauenshypothese erneut bekräftigt wird.

Die Frage: „Welche positiven oder negativen Eigenschaften weckt das Reiten deiner Meinung nach bei einem Menschen?“ lieferte divers ausgeprägte Antworten. Interviewpartner eins und Interviewpartner drei zählen hierzu auch das Selbstvertrauen auf (vgl. I1-19-06-19, Z. 146) (vgl. I3-21-06-19, Z.573f). Es lässt sich die Vermutung aufstellen, dass die Beiden schon vor Beginn des Interviews

von der Selbstvertrauenshypothese überzeugt waren, da diese zu dem Zeitpunkt bisher nicht genannt worden ist.

Sowohl Interviewpartner eins, als auch Interviewpartner drei berichten, dass sie durch die Pferde und den Reitsport auch Selbstvertrauen gewonnen haben (vgl. I1-19-06-19, Z.171) (I3-21-06-19, Z.602-606). Interviewpartner drei argumentiert, dass er sehr stolz ist, wenn er etwas beim Reiten ausprobiert und es ihm gelingt (I3-21-06-19, Z.604ff), was auch ein Beleg dafür ist, dass das Selbstvertrauen von Interviewpartner drei durch das Reiten gefördert wurde. Diese Aussage untermauert erneut die Selbstvertrauenshypothese, allerdings ist hierbei wichtig zu erwähnen, dass in diesem Kontext nicht festgestellt werden kann, in welchem Ausmaß der Reitsport beim Akquirieren des Selbstvertrauens beteiligt war.

Auch wenn bei Interviewpartner acht bei der Frage: „Was haben dir die Pferde und der Reitsport bisher alles beigebracht?“ das Selbstvertrauen keine Erwähnung gefunden hat, kann davon ausgegangen werden, dass dies trotzdem der Fall ist. Ein Hinweis hierfür ist beispielsweise folgende Aussage: „Respekt vorm Runterfallen, aber nachdem ich selber mal [...] kopfüber gehangen [...] bin am Pferd [...] hat sich das gelegt. Also mich kriegt keiner so schnell [...] runter.“ (I8-10-07-19, Z. 1499-1502). Dieses Statement legt auffällig dar, dass Interviewpartner acht sehr von seinen reiterlichen Fähigkeiten überzeugt ist und über ein gesteigertes Selbstvertrauen verfügt.

Zudem stimmt Interviewpartner eins der Feststellung, dass Reiten das Selbstvertrauen fördert, voll und ganz zu, und begründet dies durch die Fähigkeit der Pferde zum Spiegeln (vgl. I1-19-06-19, Z.179-183). Im Vergleich mit Interviewpartner zwei zeigt sich eine identische Übereinstimmung. Er befürwortet die Aussage ebenfalls und nutzt dieselbe Begründung, wie Interviewpartner eins: „[...] weil das Pferd spiegelt ja einen, also den Charakter des jeweiligen und naja wenn man weiß, was man kann, dann bekommt man auch automatisch mehr Vertrauen in sich selbst.“ (I2-21-06-19, Z. 406ff).

Auch Interviewpartner drei stimmt der Hypothese, dass Reiten das Selbstvertrauen fördert, zu und nennt hierfür das Beispiel, dass der Reiter vom Reitlehrer

gelobt wird, sofern er korrekt reitet, sodass er sein Vertrauen in seine Fähigkeiten stetig wächst (vgl. I3-21-06-19, Z. 614-617). Hier zeigt sich eine Parallele zu Interview acht, denn auch hier veranschaulicht der Befragte, dass durch das Lob des Reitlehrers das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten gefördert wird. Interviewpartner acht fügt allerdings noch den Zusatz hinzu, dass auch durch die Reaktion des Pferdes während des Reitens das Selbstvertrauen des Reiters gefördert wird. Als Grund wird genannt, dass das Pferd sich fallen lässt und locker wird und der Reiter dann dadurch die Bestätigung bekommt, dass er gut geritten ist (vgl. I8-10-07-19, Z1673-1676).

Bei dem zweiten Interviewpartner lassen sich in Bezug auf das Selbstvertrauen ansonsten eher weniger stichhaltige Aussagen finden. Des Öfteren wird von seiner Seite das Selbstbewusstsein angesprochen, was nicht mit Selbstvertrauen zu verwechseln ist.

Alles in allem ist bei fast allen fortgeschrittenen Reitern ein Anstieg des Selbstvertrauens erkennbar, wodurch die Selbstvertrauenshypothese bekräftigt wird. Bei Interviewpartner eins und drei lässt sich dies, wie bereits dargelegt, anhand vielfältiger Aussagen feststellen. Ebenso kann bei Interviewpartner acht davon ausgegangen werden, dass sein Selbstvertrauen durch den Reitsport gestiegen ist, da während des Interviews facettenreiche Aussagen folgen, welche diese Annahme bekräftigen. Lediglich die Ausführungen von Interviewpartner zwei beinhalten kaum stichhaltige Aspekte bezüglich des Selbstvertrauens, sodass die Frage aufgeworfen wird, inwieweit bei Interviewpartner zwei überhaupt das Selbstvertrauen gestiegen ist.

Reitanfänger

Hier äußert Interviewpartner vier bereits zu Beginn eine sehr interessante Aussage. Er gibt an, dass er sich mitunter erhofft hat durch den Reitsport sein Selbstvertrauen stärken zu können. „[...] und vielleicht auch bisschen, dass ich bisschen Selbstvertrauen dadurch gewinn, weil mir gesagt wurde, dass Reiten da halt sehr unterstützend sein soll“ (I4-23-06-19, Z. 679ff). Seine Aussage lässt darauf schließen, dass die Selbstvertrauenshypothese bereits länger existiert und nicht erst von der Autorin konstituiert wurde.

Bei der Frage, welche positiven bzw. negativen Eigenschaften der Reitsport bei einem Menschen wecken kann, führt Interviewpartner vier unter anderem an, dass auch das Selbstvertrauen gefördert wird: „Selbstvertrauen, weil man ja doch immer mehr interagiert mit Pferden und auch den Reitern und Reitlehrerinnen und ja, ich glaube schon, dass man da was lernt.“ (I4-23-06-19, Z. 805ff).

Weiterhin schließt sich Interviewpartner vier der Feststellung der Autorin an, dass Reiten das Selbstvertrauen fördert. Er erklärt dies dadurch, dass sich seine anfängliche Unsicherheit abgebaut hat und er sich mittlerweile schon mehr zutraut und in seine Fähigkeiten Vertrauen gefasst hat (vgl. I4-23-06-19, Z. 853-858). Auch Interviewpartner fünf bestätigt die Selbstvertrauenshypothese, und nennt in diesem Zusammenhang auch das Durchsetzungsvermögen. Er erörtert, dass Reiter grundsätzlich Selbstvertrauen benötigen und, dass dies die Voraussetzung für das Durchsetzungsvermögen ist, da ansonsten das Pferd seinen Willen gegenüber dem Reiter durchsetzt (vgl. I5-03-07-19, Z. 1094-1097). Der sechste Interviewpartner schließt sich ebenfalls der Annahme, dass das Reiten das Selbstvertrauen des Reiters fördert, an. Er beschreibt diese positive Entwicklung durch die unmittelbare Reaktion vom Pferd, sodass der Reiter merkt, wann er gut reitet (vgl. I6-05-07-19, Z. 1280ff).

Interviewpartner fünf betont in besonderem Maße seine ursprüngliche Angst sich nicht mit den Pferden arrangieren zu können und seine Sorge, dass er über unzureichende Kompetenzen für den Reitsport verfügt (vgl. I5-03-07-19, Z. 933-940). In dieser Aussage lässt sich das kaum ausgeprägte Selbstvertrauen von dem fünften Interviewpartner belegen.

Bei seinem schönsten Erlebnis nennt Interviewpartner fünf zudem, dass er alleine im Schritt reiten durfte. „[...] da muss ich schon sagen, war das schon so ein bestärkendes Gefühl, dass ich halt das geschafft habe und das ich das halt doch kann“ (I5-03-07-19, Z. 959ff). Für ihn stellt dies ein großer Erfolg dar, was ein Hinweis für eine Steigerung seines Selbstvertrauens sein könnte.

Auch für Interviewpartner sechs stellt sein schönstes Erlebnis beim Reiten einen enormen Erfolg dar. Dieses Erlebnis hat das Selbstvertrauen von Interviewpartner sechs deutlich gestärkt, was sich durch folgende Aussage belegen lässt: „[...] jetzt fühle ich mich auch stärker, weil ich es schon geschafft hab und des gibt mir auch das Gefühl, dass es immer wieder klappt.“ (16-05-07-19, Z. 1184f). Auch diese optimistische Einstellung von Interviewpartner sechs für weitere ähnliche Situationen belegt das gestiegene Selbstvertrauen.

Interviewpartner sieben gibt während des Interviews kaum stichhaltige Aussagen über die Förderung des Selbstvertrauens durch das Reiten an. Häufig nennt er aber das Selbstbewusstsein an verschiedenen Stellen (vgl. 17-07-07-19, Z. 1375ff, Z. 1390f), was ebenfalls nicht mit Selbstvertrauen zu verwechseln ist. Es ist anzunehmen, dass für Interviewpartner sieben die Trennung zwischen Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein eine Hürde darstellte und er sich über den Unterschied nicht im Klaren ist. Dies zeigt sich in gleichen Aussagen des Interviewpartners, trotz unterschiedlicher Thematik bei der Fragestellung. Obwohl spezifische Fragen auf das Selbstvertrauen abzielten, erörterte Interviewpartner sieben die Frage mit dem Selbstbewusstsein (vgl. 17-07-07-19, Z. 1438f).

Abschließend ist festzuhalten, dass sich auch bei den Reitanfängern eine Förderung des Selbstvertrauens zeigt. Insbesondere bei Interviewpartner vier, fünf und sechs kann angenommen werden, dass sich der Reitsport positiv auf das Selbstvertrauen der Beiden ausgewirkt hat. Unter Anderem kann dies belegt werden durch vielfältige Aussagen, wie zum Beispiel die Äußerungen über das schönste Erlebnis während einer Reitstunde. Interviewpartner sieben ist der Einzige, bei welchem sich nur in geringem Maß Statements über das Selbstvertrauen finden lassen, wodurch keine Schlüsse gezogen werden können, ob die Selbstvertrauenshypothese bei ihm zutrifft oder nicht.

9.2 Soziale Kompetenzen

Als nächstes widmet sich der nachfolgende Abschnitt der Analyse der Kategorie soziale Kompetenzen, wozu unter anderem die Fähigkeit zur Empathie,

Beziehungskompetenzen und auch Offenheit gegenüber anderen Menschen gezählt wird.

Fortgeschrittene Reiter

Interviewpartner eins äußert während des Gesprächs den Wunsch mehr auf Menschen zugehen zu können und sich zu einer empathischen Person zu entwickeln (vgl. Interview I1-19-06-19, Z. 91f). Weiterhin nimmt er an, dass der Umgang mit den Pferden einen wertvollen Beitrag leisten kann, sich zu seiner Wunsch-Persönlichkeit zu entwickeln. Dies kann belegt werden durch folgende Aussage: „[...] dass man eben auch feinfühler wird, vielleicht dass man merkt, ob es dem Pferd gut geht oder nicht.“ (I1-19-06-19, Z. 101f). Eine erneute Parallele ergibt sich zu Interview drei. Auch er äußert denselben Wunsch, wie Interviewpartner eins, kontaktfreudiger zu werden (vgl. I3-21-06-19, Z. 528f) und vertritt die Annahme, dass der Reitsport dabei dienlich sein kann, seine Wunsch-Persönlichkeit zu entfalten (vgl. I3-21-06-19, Z. 534ff).

Darüber hinaus nimmt Interviewpartner eins an, dass der Kontakt zu Pferden hilft einen offeneren Kontakt zu anderen Menschen aufzubauen und erörtert seine Annahme durch den Vergleich von Pferd und Mensch, da diese sich in ihrem Sozialverhalten nicht wesentlich unterscheiden (vgl. Interview I1-19-06-19, Z. 159-162). Dieselbe Begründung nutzt Interviewpartner eins, als er der Hypothese zustimmt, dass die sozialen Kompetenzen durch den Reitsport gefördert werden (vgl. Interview I1-19-06-19, Z. 211-215, Z. 217ff). Auch Interviewpartner zwei und drei können sich vorstellen, dass der Kontakt zu Pferden dabei nützlich ist, einen offeneren Kontakt zu anderen Menschen herzustellen (vgl. I2-21-06-19, Z. 391, Z. 393ff) (vgl. I3-21-06-19, Z.596-599). Interviewpartner drei nennt als Begründung, dass im Reitstall oft Situationen entstehen, in welchen man auf die Hilfe anderer Leute angewiesen ist und demzufolge selbstständig um Unterstützung bitten muss. Interviewpartner acht schildert, dass er durch den Reitsport ebenfalls seine Kompetenzen im Umgang mit anderen Menschen verbessern konnte. „Und du gehst ganz anders mit Menschen um, wenn ich zum Beispiel [...] in meiner Ausbildung jemand mich angeht oder sowas bin ich gelassener und geh nicht darauf ein so richtig [...]“ (I8-10-07-19, Z.1637-1640). Zusammengefasst ist es nicht verwunderlich, dass Interviewpartner acht und zwei die Hypothese der

sozialen Kompetenzen befürworten (vgl. I2-21-06-19, Z. 424ff) (vgl. I8-10-07-19, Z.1703-1708).

Interviewpartner zwei beschreibt sich zu seiner Zeit als Reitanfänger als wenig selbstbewusst und kaum kontaktfreudigen Menschen (vgl. I2-21-06-19, Z. 273). Seine jetzige Persönlichkeit zeichnet sich aus durch hohe Empathiefähigkeit und mehr Selbstbewusstsein (vgl. I2-21-06-19, Z. 290, Z. 297f), was Interviewpartner zwei auch auf den Reitsport zurückführt (vgl. I2-21-06-19, Z. 323f). Interessant ist hierbei, dass nicht nur er diese Ansicht vertritt, sondern auch bereits andere Menschen nicht selten geäußert haben, dass sich der Reitsport positiv auf Interviewpartner zwei auswirkt. Bei der Frage: „Haben andere Menschen schon mal geäußert, dass dir der Reitsport in irgendeiner Weise gut tut oder dich verändert hat und was haben sie gesagt?“ antwortet Interviewpartner zwei folgendes: „Ja auch das mit dem (...) ganz oft ist das mit dem Selbstbewusstsein und auch dass ich mich mehr trau, jetzt auch weil ich bin (...) also beziehungsweise, ich war mehr schüchtern und ich geh einfach offener zu anderen Leuten hin [...]“ (I2-21-06-19, Z. 352-355). Diese positive Entwicklung von Interviewpartner zwei könnte ein Hinweis dafür sein, dass die ursprüngliche Hypothese, dass der Reitsport die sozialen Kompetenzen des Reiters fördert, zutrifft.

Hier zeigt sich eine Übereinstimmung mit Interview drei, auch er beschreibt sich zu seiner Zeit als Reitanfänger als wenig kontaktfreudig (vgl. I3-21-06-19, Z. 482f), wobei sich seine aktuelle Persönlichkeit, wie bei Interviewpartner zwei, durch ein gesteigertes Selbstbewusstsein und vermehrter Kontaktfreudigkeit auszeichnet (vgl. I3-21-06-19, Z. 504-507). Diese positive Veränderung führt er mitunter auf den Reitsport zurück (vgl. I3-21-06-19, Z. 508-510, Z. 548ff). Interviewpartner drei äußert nicht selten seine positive Weiterentwicklung bezüglich des Ablegens seiner Schüchternheit. „Ähm, das ist ja auch bei mir so gewesen, wie ich auch gesagt habe, dass ich vorher eben zurückhaltend war und jetzt bin ich eher so, jetzt geh ich mehr auf Leute zu als vorher und red auch gerne mit denen.“ (I3-21-06-19Z. 571ff), was ebenfalls ein Hinweis für das Zutreffen der ursprünglichen Hypothese der sozialen Kompetenzen darstellt.

Auch bei Interviewpartner acht besteht die Gemeinsamkeit, dass er sich ebenfalls zu seiner Zeit als Reitanfänger als schüchtern, zurückgezogen und wenig selbstbewusst beschreibt (vgl. I8-10-07-19, Z.1509). Im Verlauf des Gesprächs stellt Interviewpartner acht seine positive Persönlichkeitsentwicklung dar und charakterisiert sich mittlerweile als selbstbewussteren und offeneren Menschen (vgl. I8-10-07-19, Z.1535, Z. 1541).

Darüber hinaus nennt Interviewpartner zwei bei seinem schönsten Erlebnis mit dem Pferd das Gefühl einer engen Verbundenheit und Vertrauen (vgl. I2-21-06-19, Z. 280). Er beschreibt zudem, dass dieses Gefühl dabei förderlich ist, auch zu anderen Menschen leichter Vertrauen zu fassen (vgl. I2-21-06-19, Z. 285).

Die Analyse der Interviews zeigt, dass sich bei allen fortgeschrittenen Reitern die sozialen Kompetenzen verbessert haben. Interviewpartner zwei, als auch Bekannte seinerseits, führen diese positive Entwicklung mitunter auf den Reitsport zurück. Weiterhin ist interessant, dass sich alle fortgeschrittenen Reiter zu Beginn ihrer Reitausbildung als wenig kontaktfreudig und schüchtern charakterisieren und sich im Verlauf der Jahre aber zu einer offenen und aufgeschlossenen Persönlichkeit entwickelt haben.

Reitanfänger

Der darauffolgende Teil widmet sich der Analyse der Interviews der Reitanfänger. Interviewpartner vier äußert, dass auch er den Wunsch hat offener und aufgeschlossener gegenüber anderen Menschen zu sein (vgl. I4-23-06-19, Z. 749ff), da seine Persönlichkeit durch Schüchternheit geprägt ist (vgl. I4-23-06-19, Z. 735f). Nicht nur bei Interview vier wird dieser Wunsch geäußert, denn auch Interviewpartner fünf bezeichnet sich selbst als schüchternen und eher zurückhaltenden Menschen mit dem Wunsch offener und kontaktfreudiger zu werden (vgl. I5-03-07-19, Z.968-973). Hierbei ist allerdings zu beachten, dass Interviewpartner fünf sich trotz allem als sehr empathiefähigen Menschen charakterisiert (vgl. I5-03-07-19, Z.974).

Während des Gesprächs äußern sowohl Interviewpartner vier, als auch Interviewpartner fünf, dass sie die Meinung vertreten, dass der Reitsport dabei

behilflich ist, einen offeneren Kontakt zu anderen Menschen zu erhalten (vgl. I4-23-06-19, Z. 823ff) (vgl. I5-03-07-19, Z.1059). Interviewpartner fünf nennt als Grund hierfür, dass der Reitstall eine ideale Gelegenheit darstellt, um mit Menschen mühelos ins Gespräch zu kommen durch die gemeinsam bestehenden Interessen, wie Pferde und der Reitsport als solcher (vgl. I5-03-07-19, Z.1061-1067). Auch Interviewpartner sechs und sieben teilen diese Meinung (vgl. I6-05-07-19, Z.1237-1242, 1262-1265) (vgl. I7-07-07-19, Z.1415ff). Beide nennen die Begründung, dass im Reitstall eine offene Atmosphäre herrscht, wodurch die Kontaktaufnahme mit fremden Menschen erleichtert wird. Ob dies allerdings auch das Leben außerhalb des Reitstalls betrifft, kann in diesem Kontext nicht erläutert werden.

Weiterhin stimmen alle Reitanfänger der Hypothese zu, dass die sozialen Kompetenzen durch den Reitsport gefördert werden (vgl. I4-23-06-19, Z. 883f) (vgl. I5-03-07-19, Z.1124) (vgl. I6-05-07-19, Z.1297-1301) (vgl. I7-07-07-19, Z.1465-1469). Interviewpartner fünf betont in diesem Sinne nicht nur die Gelegenheit mit anderen Menschen leichter ins Gespräch zu kommen, sondern auch, dass der Mensch durch den engen Kontakt zu Pferden vermehrt empathiefähig wird (vgl. I5-03-07-19, Z.1124-1128). Interviewpartner sechs und sieben berufen sich beide auf die offene Atmosphäre im Reitstall und die damit verbundene Gelegenheit mit Gleichgesinnten leichter ein Gespräch anfangen zu können.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass sich bei den Reitanfängern keine signifikante Förderung der sozialen Kompetenzen erkennen lässt, dennoch stimmen alle der Hypothese der sozialen Kompetenzen zu.

9.3 Geduld

Im Folgenden wird die Kategorie Geduld näher betrachtet. Diese bezieht sich auf die Fähigkeit eines Menschen abwarten zu können, ohne das Ergebnis der Frustration.

Fortgeschrittene Reiter

Als Erstes wird Interviewpartner eins betrachtet. Dieser äußert bereits zu Beginn eine eindeutige Aussage, welche ein Hinweis für Geduld sein könnte. Bei seinem schönsten Erlebnis mit dem Pferd, nennt Interviewpartner eins zwar keine explizite Erinnerung, allerdings betont er, dass er immer voller Freude, Glück und Stolz ist, wenn beim Reiten eine Übung gelingt, welche schon lange trainiert wurde (vgl. I1-19-06-19, Z. 52-55, Z.58f). Dieses Statement ist ein Hinweis dafür, dass Geduld eine notwendige Voraussetzung für das Reiten darstellt, insbesondere bei Lektionen, die sowohl vom Pferd, als auch vom Reiter einen hohen Leistungsstand erfordern.

Interviewpartner eins bestätigt des Weiteren die Hypothese, dass der Reitsport die Geduld des Reiters fördert (vgl. I1-19-06-19, Z.187-193, Z.195). Er erklärt, dass Geduld beim Reiten für viele Situationen ein Erfordernis ist, welches sich durch die Übertragung der Gefühle vom Menschen auf das Pferd ergibt. „[...] wenn man jetzt mit dem Pferd ungeduldig wird, dann überträgt sich das ja auch aufs Pferd und das ist das ja dann auch nicht so gut. Man muss halt immer ruhig bleiben [...]“ (I1-19-06-19, Z.190-193). Ferner stimmte auch Interviewpartner zwei der Hypothese zu. Er erklärt seine Zustimmung ebenfalls mit der benötigten Zeit, welche notwendig ist, um eine Lektion mit dem Pferd korrekt reiten zu können (vgl. I2-21-06-19, Z. 411f). Interviewpartner drei schließt sich auch der Hypothese an und begründet dies anhand eines persönlichen Beispiels. Bei Interviewpartner drei hat es sehr viel Geduld gebraucht und Zeit in Anspruch genommen einem Pony beizubringen über eine Stange zu gehen. Weiterhin führte der dritte Interviewpartner als Argument an, dass es manchmal lange dauert, bis das Pferd auch erst mal versteht, was man als Reiter von ihm möchte (vgl. I3-21-06-19, Z. 628ff). Auch Interviewpartner acht ist von der Hypothese überzeugt, und nennt als Beispiel die Geduld, die notwendig ist, um ein Pferd während des Reitens zur Durchlässigkeit zu bewegen (vgl. I8-10-07-19, Z. 1696ff).

Ein Indiz, dass die Geduldshypothese zutreffen könnte, stellt die Aussage von Interviewpartner acht dar. Dieser erzählt während des Interviews, dass er heute, im Vergleich zu dem Zeitpunkt als er Reitanfänger war, geduldiger geworden ist

und führt diese positive Entwicklung auch auf den Reitsport zurück (vgl. I8-10-07-19, Z. 1554ff, Z. 1560f).

Weiterhin erörtert der achte Interviewpartner zudem, dass Geduld unter anderen eine der Eigenschaften ist, welche durch das Reiten gefördert wird. „Geduld lernt man durchs Reiten, was ich sehr positiv finde. Durch das, dass man sagt, ok es geht jetzt nicht über den Teppich drüber, da muss man halt absteigen und mit Geduld daran arbeiten, dass es einen Schritt drauf macht, und [...] immer wieder, dieses Geduldsspiel“ (I8-10-07-19, Z. 1616-1619).

Werden die Interviews der fortgeschrittenen Reiter näher betrachtet, kann angenommen werden, dass die Geduld von Interviewpartner eins und acht durch den Reitsport gestiegen ist. Bei dem zweiten und dritten Interviewpartner lassen sich diesbezüglich keine Schlüsse ziehen, da sich beide von Grund auf als geduldige Person charakterisiert haben. Hauptmerkmale, in denen sich die Geduld bei den Fortgeschrittenen zeigen: Lernen neuer, herausfordernder Lektionen während des Reitens, dem Pferd neue Übungen vermitteln, das Pferd zur Durchlässigkeit bewegen.

Reitanfänger

Interviewpartner vier beschreibt sich grundsätzlich als einen ungeduldigen Menschen und stellt die Vermutung an, dass sich seine Geduld durch das Reiten verbessern könnte (vgl. I4-23-06-19, Z. 764ff, Z. 801-805, Z. 862ff, Z. 866-869). Es macht den Anschein, als ob Interviewpartner vier zwar wirklich davon überzeugt ist, dass die Geduld durch das Reiten gefördert wird, allerdings kann er aufgrund seiner geringen Reiterfahrung nicht ganz überzeugend erklären, wieso das der Fall ist.

Interviewpartner fünf stimmt auch der Hypothese zu, dass der Reitsport die Geduld des Reiters fördert. Er argumentiert, dass er bei seinen ersten Reitstunden manchmal frustriert war, da das Pferd ihm nicht gehorchen wollte, sodass die Geduld beim Reiten nicht nur gefördert wird (vgl. I5-03-07-19, Z.1102-1107), sondern auch gefordert wird. Auch Interviewpartner sechs befürwortet die Hypothese. Er belegt diese Annahme indem er den langen Prozess schildert, der durchlaufen werden muss, um sich zu einem guten Reiter zu entwickeln. Seine

Aussage lautet: „Reiten ist ja ein Sport, der sehr viel Zeit braucht und man ist nicht von heute auf morgen gleich ein guter Reiter, das merke ich ja jetzt auch, ähm (...) da muss man Geduld haben, bis eins nach den anderen klappt. Man muss sehr viel lernen und das dauert halt mal seine Zeit.“ (I6-05-07-19, Z. 1285-1289). Hier zeigt sich eine Gemeinsamkeit mit Interview vier „[...] wenn man jetzt den Reitsport selber so anschaut, dann ist es ja auch nicht, was man von jetzt auf gleich lernt, weil es doch schwieriger ist, als es aussieht [...]“ (I4-23-06-19Z. 802ff). Interviewpartner sieben stimmt der Hypothese ebenfalls zu mit der Begründung, dass viel Zeit und daher auch Geduld notwendig sind, um eine Beziehung und Bindung zu dem Pferd aufzubauen (vgl. I7-07-07-19, Z. 1442-1445).

Bei dem schönsten Erlebnis mit dem Pferd nennt Interviewpartner sechs, den Moment, als er es geschafft hat, sein Pferd selbstständig anzutreiben. „Ja, das ging am Anfang nicht so leicht, das hat ein bisschen gedauert [...]“ (I6-05-07-19, Z. 1176-1180). Diese Aussage lässt darauf schließen, dass die Geduld von Interviewpartner sechs geschult wurde, durch die beträchtliche Zeit, die er benötigt hat, um zu lernen, wie er ein Pferd selbst anreiben kann.

Bei den Reitanfängern lässt sich nur bei Interviewpartner sechs die Vermutung anstellen, dass sich seine Geduld verbessert hat. Bei den restlichen Interviewpartnern lassen sich keine Schlüsse ziehen, ob die Hypothese zutrifft oder nicht. Weiterhin nannten die Anfänger erst nach direkter Nachfrage Aspekte der Geduld während des Reitens und konnten diese dann aber mit ihren bisherigen Erfahrungen verknüpfen.

9.4 Durchsetzungsvermögen

Es folgt nun die Analyse der Kategorie Durchsetzungsvermögen, welches sich darauf bezieht hartnäckig zu bleiben, um seine Ziele zu erreichen und nicht nachzugeben.

Fortgeschrittene Reiter

Interviewpartner eins äußert im Verlauf der Befragung mehrmals, dass sie annimmt, dass der Reitsport das Durchsetzungsvermögen fördern kann (vgl. I1-19-06-19, Z. 85f, Z. 100, Z. 134).

Erwähnenswert ist, dass sowohl Interviewpartner eins, als auch Interviewpartner zwei und Interviewpartner acht das Durchsetzungsvermögen mit dem Selbstbewusstsein in Verbindung setzen und alle erklären, dass das Selbstbewusstsein die Voraussetzung für das Durchsetzungsvermögen darstellt. Weiterhin geben alle in ähnlichen Worten wieder, dass ein Pferd seinem Reiter nur unter der Bedingung gehorcht, wenn er über genug Selbstvertrauen und Durchsetzungsvermögen verfügt (vgl. I1-19-06-19, Z. 132-135) (vgl. I2-21-06-19, Z. 362f, Z. 367ff) (vgl. I8-10-07-19, Z. 1541-1544). Interviewpartner acht nennt bei den Eigenschaften, welche der Reitsport fördert auch das Selbstbewusstsein und in diesem Zusammenhang erneut das Durchsetzungsvermögen, mit der Begründung, dass das Pferd Respekt vor dem Reiter haben muss und deshalb hierfür beides notwendig ist (vgl. I8-10-07-19, Z. 1580-1584).

Die Hypothese, dass der Reitsport das Durchsetzungsvermögen des Reiters fördert, wird von allen fortgeschrittenen Reitern als richtig bewertet. Die Interviewpartner führen alle vergleichbare Beispiele an, welche Situationen beim Reiten schildern, währenddessen das Durchsetzungsvermögen herausgefordert und damit auch geschult wird. Vielfältige Beispiele, wie die Richtung, in welche man reiten möchte (vgl. I2-21-06-19, Z. 436f), das Einhalten des nötigen Sicherheitsabstands zu anderen Pferden (vgl. I1-19-06-19, Z. 229-232) und die Geschwindigkeit (vgl. I3-21-06-19, Z. 643-647) (vgl. I8-10-07-19 Z.1620-1624) werden genannt.

Interviewpartner zwei beschreibt sich zum Zeitpunkt, als er das Reiten angefangen hat, als ein Mensch, der kaum durchsetzungsfähig war und im Laufe der Jahre aber seine Fähigkeiten diesbezüglich stärken konnte (vgl. I2-21-06-19, Z. 275, Z. 297f, Z. 302). Interviewpartner eins betont, dass er überzeugt davon ist, dass er durch den Reitsport sein Durchsetzungsvermögen, auch in Bezug auf andere Menschen, verbessern konnte (vgl. I2-21-06-19, Z. 326).

Durch den eben beschriebenen Absatz ist schlusszufolgern, dass Interviewpartner eins und zwei ihr Durchsetzungsvermögen verbessern konnten, was auch bei Interviewpartner acht anzunehmen ist. Lediglich bei Interviewpartner drei lassen sich keine Schlüsse ziehen, ob sich sein Durchsetzungsvermögen verbessert hat.

Reitanfänger

Nun folgt die Analyse der Interviews der Anfänger. Interviewpartner vier gibt an, dass er sich wünscht, mehr Durchsetzungsvermögen zu besitzen (vgl. I4-23-06-19, Z. 753, Z. 755ff) und gibt zudem an, dass er annimmt, dass der Reitsport dabei helfen kann sein Ziel zu erreichen (vgl. I4-23-06-19, Z. 762-766). Hier ergibt sich eine Parallele zu Interview sechs, auch er wünscht sich mehr Durchsetzungsvermögen (vgl. I6-05-07-19, Z.1201f) und auch er ist davon überzeugt, dass dies durch den Reitsport möglich ist und nennt hierfür konkrete Beispiele zur Veranschaulichung (vgl. I6-05-07-19, Z.1212-1215).

Interviewpartner vier stimmt auch der Hypothese, dass das Reiten das Durchsetzungsvermögen fördert, zu. Er begründet seine Zustimmung folgendermaßen: „Die Pferde machen ja nicht immer hundertprozentig das, was man will. Äh und da muss man sich ja schon durchsetzen, weil man ja selber der Reiter ist und dann vorgibt, wie (...) wie man reitet, wo lang, wie schnell teilweise“ (I4-23-06-19, Z. 893ff). Auch die restlichen Interviewpartner befürworten alle die Durchsetzungshypothese und nutzen eine ähnliche Erklärung, wie Interviewpartner vier (vgl. I5-03-07-19, Z.1133ff) (vgl. I6-05-07-19, Z.1304ff) (vgl. I7-07-07-19, Z. 1473-1476).

Interviewpartner sechs gibt an von den Pferden bereits zum jetzigen Zeitpunkt gelernt zu haben, sich durchsetzen zu müssen (vgl. I6-05-07-19, Z.1268-1274), was ein Hinweis für die Persönlichkeitsentwicklung durch das Reiten darstellt.

Betrachtet man das siebte Interview, kann festgestellt werden, dass auch hier gelegentlich das Durchsetzungsvermögen erwähnt wird und, wie bei den fortgeschrittenen Reitern, dieses als Bindeglied zum Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen betrachtet wird (vgl. I7-07-07-19, Z. 1375ff) (vgl. I7-07-07-19, Z. 1438)

Betrachtet man die Interviews der Reitanfänger ist einzig und allein bei Interviewpartner sechs anzunehmen, dass sein Durchsetzungsvermögen durch den Reitsport gestiegen ist, bei den übrigen Reitanfängern können diesbezüglich keine Schlüsse gezogen werden.

9.5 Verantwortungsbewusstsein

Die Interviews werden im Folgenden anhand der Kategorie Verantwortungsbewusstsein analysiert. Dieses beinhaltet, dass man sich stets seiner eigenen Verantwortung und den Konsequenzen seines Handelns bewusst ist.

Fortgeschrittene Reiter

Auffällig ist, dass sowohl bei Interviewpartner eins, als auch bei Interviewpartner zwei und drei das Verantwortungsbewusstsein während der Befragung erst dann Erwähnung findet, als nach der Meinung zu der Hypothese, ob der Reitsport das Verantwortungsbewusstsein fördert, gefragt wird. Es stimmen zwar alle eben erwähnten Interviewpartner der Annahme zu, jedoch fallen die Begründungen sehr trivial aus. Interviewpartner eins und auch Interviewpartner drei erörtern im Grunde nur, dass Verantwortung für das Pferd übernommen werden muss, da es mit dem Menschen zusammenarbeiten soll (vgl. I1-19-06-19, Z. 198-201) (vgl. I3-21-06-19, Z. 633f). Selbst nach expliziterer Nachfrage kann Interviewpartner eins nicht näher erläutern, wieso er der Annahme zustimmt. Hier zeigt sich auch die Parallele zu Interview zwei. Denn auch diesem Interviewpartner gelingt die Begründung nur notdürftig (vgl. I2-21-06-19, Z. 415, Z. 418). Interviewpartner acht stimmt der Hypothese ebenfalls zu, und kann aber als Einzige von den fortgeschrittenen Reitern ausführlich erklären, wieso sie diese Annahme teilt. „Weil du dafür verantwortlich bist, sitzt der Sattel richtig, liegt die Trense richtig, keine Falten, ähm hat es da was im Huf, dann ist es (...) ist kein Dreck (...) unter der Satteldecke. Ähm und danach ist es genau so, hat es Steine im Huf, äh wie viel hat es geschwitzt, muss ich es abspritzen, muss ich es trocken reiben, damit das Pferd nicht krank wird.“ (I8-10-07-19, Z. 1682-1686).

Interviewpartner acht gibt zwar nicht direkt an, dass durch den Reitsport sein Verantwortungsbewusstsein gestiegen ist, jedoch erwähnt er, dass er gelernt hat,

während des Reitens auf sein Pferd zu achten und genug Pausen einzulegen. (18-10-07-19, Z. 1664f). Im Prinzip erläutert Interviewpartner acht, einen verantwortungsvollen Umgang mit dem Pferd, woraus man schließen kann, dass er in Bezug auf das Reiten ein hohes Verantwortungsbewusstsein besitzt.

Die Analyse der Interviews der fortgeschrittenen Reiter ergibt ein unklares Bild. Bei Interviewpartner eins bis drei lässt sich nicht erkennen, ob sich das Verantwortungsbewusstsein durch den Reitsport erhöhen konnte. Der Grund hierfür ist, dass das Verantwortungsbewusstsein bei den eben Erwähnten erst dann im Interview zur Sprache kam, als die Verantwortungsbewusstseinshypothese genannt wurde. Nur Interviewpartner acht nennt während des Gesprächs Aspekte, welche darauf schließen lassen, dass sich sein Verantwortungsbewusstsein durch den Reitsport gesteigert hat.

Reitanfänger

Im Anschluss werden erneut die Interviews der Reitanfänger analysiert. Bei den Anfängerinterviews gibt es die Zusatzfrage: „Inwieweit musstest du beim Reiten schon Verantwortung übernehmen?“

Betrachtet man Interview vier, kann bereits zu Beginn eine interessante Aussage festgestellt werden. Der vierte Interviewpartner zählt bei der Frage, „An was denkst du, wenn du an den Reitsport denkst?“, nämlich das Verantwortungsbewusstsein mit auf (vgl. 14-23-06-19, Z. 681ff).

Weiterhin legt Interviewpartner vier bei der Zusatzfrage seine Fortschritte beim Übernehmen von Verantwortung beim Reiten dar. Er verweist auf das gewissenhafte Putzen und Satteln des Pferdes, sowie das korrekte Führen des Pferdes (vgl. 14-23-06-19, Z. 810-816). In dieser Aussage kann der Prozess erkannt werden, inwieweit Interviewpartner vier immer mehr Verantwortung übernimmt, wodurch die Annahme verfestigt wird, dass das Verantwortungsbewusstsein durch den Reitsport gefördert wird. Hier zeigt sich eine Parallele zu Interview fünf und Interview sechs. In beiden Interviews wird beschrieben, dass der Reitsport bereits beim Putzen und Satteln des Pferdes ein enormes Verantwortungsgefühl voraussetzt (vgl. 15-03-07-19 Z. 1051-1055) (16-05-07-19, Z. 1252-1258).

Interviewpartner sieben gibt hingegen an, dass er beim Reitsport bisher nur insofern Verantwortung übernimmt, da er auf die Reitutensilien, welche nicht sein Eigentum sind, Acht geben muss (vgl. 17-07-07-19, Z. 1403-1407).

Zudem stimmt Interviewpartner vier auch der Hypothese zu, dass das Verantwortungsbewusstsein durch den Reitsport geschult wird. Er legt dies anhand eines Beispiels dar: „[...] weil man ja Verantwortung ja für die Pferde übernimmt und für sich und für andere Reiter teilweise, wenn man zusammen ne Gruppenstunde hat, weil man ja selber auch Einwirkung hat, wie das Pferd läuft [...]“ (14-23-06-19, Z. 872-876). Interviewpartner fünf bestätigt ebenfalls die Hypothese und erläutert, dass Pferde Lebewesen sind, welche gut umsorgt werden müssen (vgl. 15-03-07-19, Z. 1110-1114). Auch der sechste Interviewpartner teilt die Annahme, dass das Verantwortungsbewusstsein gefördert wird (vgl. 16-05-07-19, Z. 1293ff). Interviewpartner sieben stimmt der Annahme ebenfalls zu und argumentiert, dass man als Reiter auf das Wohlergehen seines Pferdes Wert legen muss, und beim Ausreiten zum Beispiel Wege wählt, welche das Pferd nicht überfordern (vgl. 17-07-07-19, Z. 1449-1453).

Interviewpartner fünf nennt bei den positiven Eigenschaften, welche das Reiten bei einem Menschen wecken kann mitunter das Verantwortungsbewusstsein mit der Begründung, dass die Gesundheit des Pferdes an erster Stelle steht. Weiterhin legt Interviewpartner fünf dar, dass es unmöglich ist ein Pferd zu reiten, welches nicht gesund ist und durch die entstandene Bindung zum Pferd auch das Wohlergehen des Tiers höchste Priorität hat (vgl. 15-03-07-19, Z. 1018-1021).

Werden alle Aspekte der Aussagen der Reitanfänger nochmal zusammengefasst, kann angenommen werden, dass sich das Verantwortungsbewusstsein des vierten, fünften und sechsten Interviewpartner intensivieren konnte. Nur bei Interviewpartner sieben kann davon ausgegangen werden, dass sich sein Verantwortungsbewusstsein bisher nicht signifikant gesteigert hat.

10 Diskussion der Ergebnisse

Dieser Gliederungspunkt soll die Ergebnisse der Datenauswertung und den Vergleich der Interviews hervorheben und zusammenfassen.

In Bezug auf Hypothese 1 kann erkannt werden, dass alle Interviewpartner, sowohl die fortgeschrittenen Reiter, als auch die Anfänger, die Annahme, dass der Reitsport das Selbstvertrauen des Reiters fördert, teilen. Weiterhin ist anzumerken, dass bereits eine Steigerung des Selbstvertrauens bei nahezu allen Interviewpartnern feststellbar ist. Die vielfältigen Aussagen von Interviewpartner eins und drei legen die positive Entwicklung ihrer Persönlichkeit dar, sowie die Steigerung ihres Selbstvertrauens. Zumal beide erwähnten Interviewpartner auch während der Gespräche selber betont haben, dass durch den Reitsport ihr Selbstvertrauen gestiegen ist. Interviewpartner acht äußert zwar nicht direkt, dass sein Selbstvertrauen durch den Reitsport gestiegen ist, jedoch folgen im Verlauf des Interviews mehrere Schilderungen, die darauf schließen lassen, dass auch das Selbstvertrauen von Interviewpartner acht gestiegen ist. Auffällig ist, dass sich bei Interviewpartner zwei kaum aussagekräftige Äußerungen bezüglich des Selbstvertrauens finden lassen, sodass die Frage aufgeworfen wird, inwieweit bei ihm das Selbstvertrauen überhaupt gestiegen ist. Ähnlich verhält es sich bei Interviewpartner sieben, auch er nennt kaum stichhaltige Aussagen über die Förderung des Selbstvertrauens durch den Reitsport. Natürlich darf in diesem Sinne aber nicht vergessen werden, dass dieser erst seit geraumer Zeit das Reiten lernt, sodass ihm eventuell das Wissen fehlt, um verschiedene Fragen während des Interviews adäquat zu beantworten. Hierbei ist allerdings anzumerken, dass des Öfteren das Selbstbewusstsein von Interviewpartner zwei und sieben angesprochen wird. Es stellt sich die Frage, inwieweit der Unterschied zwischen dem Selbstvertrauen und dem Selbstbewusstsein den beiden Interviewpartnern deutlich ist. Bei Interviewpartner sieben macht es den Anschein, als ob der Unterschied zwischen den Wörtern nicht verständlich genug ist, sodass die Beantwortung der Interviewfragen Schwierigkeiten bereitet. Bei Interviewpartner vier, fünf und sechs kann angenommen werden, dass sich der Reitsport auch schon positiv auf das Selbstvertrauen ausgewirkt hat. Belegen können dies

beispielsweise die Äußerungen bezüglich des schönsten Erlebnisses während einer Reitstunde, welche das Selbstvertrauen gesteigert haben.

Die nächste Hypothese widmet sich den sozialen Kompetenzen. Interviewpartner eins und drei sind davon überzeugt, dass der Reitsport einen wertvollen Beitrag leisten kann, kontaktfreudiger zu werden und offener auf Menschen zugehen zu können. Demnach ist es nicht verwunderlich, dass die beiden der Hypothese zustimmen, dass der Reitsport die sozialen Kompetenzen des Reiters fördert. Aber auch alle anderen Interviewpartner befürworten die Hypothese. Bei Interviewpartner zwei ist zudem eine positive Entwicklung bezüglich seiner sozialen Kompetenzen festzustellen. Nicht nur er selbst, sondern auch Bekannte seinerseits, führen diesen Prozess mitunter auf den Reitsport zurück. Vergleichbar ist dies mit dem dritten und achten Interviewpartner, auch sie sind davon überzeugt, dass sich ihre sozialen Kompetenzen durch den Reitsport verbessert haben. Interessant ist hierbei, dass alle vier befragten, fortgeschrittenen Reiter sich zu Beginn ihrer Reitzeit als schüchtern, zurückgezogen und wenig kontaktfreudig charakterisieren und sich im Verlauf der Jahre zu einer offenen und aufgeschlossenen Persönlichkeit entwickelt haben. Bei den Reitanfängern lässt sich keine essentielle Steigerung der sozialen Kompetenzen erkennen, allerdings stimmen alle der ursprünglichen Hypothese der sozialen Kompetenzen zu. Es wäre wünschenswert ein paar Jahre später erneut Interviews durchzuführen, um die Entwicklungen der Persönlichkeiten näher betrachten zu können.

Die dritte Hypothese besagt, dass der Reitsport die Geduld des Reiters erhöht, was von allen Interviewpartnern bestätigt wird. Des Weiteren ist erwähnenswert, dass eine Förderung der Geduld bei manchen Interviewpartnern anzunehmen ist. Die facettenreichen Erzählungen von Interviewpartner eins legen nahe, dass sich seine Geduld durch den Reitsport verbessern konnte. Interviewpartner acht äußert sogar von selbst, dass er durch den Reitsport gelernt hat, geduldig zu werden. Bei Interviewpartnern zwei und drei haben sich von Grund auf als geduldige Person charakterisiert, weshalb sich hier die Schwierigkeit ergibt, daraus zu schließen, ob sie ihre Geduld durch den Reitsport noch weiter verbessern konnten. Bei den Reitanfängern lässt sich nur bei Interviewpartner sechs vermuten,

dass seine Geduld geschult wurde, durch seine Aussage, dass eine beträchtliche Zeit verstrichen ist, ehe er allein sein Pferd antraben konnte.

Die vierte Hypothese, dass der Reitsport das Durchsetzungsvermögen des Reiters fördert, wird auch von allen Interviewpartnern bestätigt. Interviewpartner eins und zwei geben beide an, dass sie durch den Reitsport ihr Durchsetzungsvermögen verbessern konnten, auch in Bezug auf andere Menschen. Auch Interviewpartner acht kann angenommen werden, dass das Durchsetzungsvermögen gestiegen ist, da er dieses als Eigenschaft nennt, welche durch den Reitsport gefördert wird. Interviewpartner drei ist der Einzige der fortgeschrittenen Reiter, bei dem sich keine Vermutung darüber anstellen lässt, ob sein Durchsetzungsvermögen durch den Reitsport gesteigert werden konnte. Im Gegensatz hierzu ist Interviewpartner sechs der Einzige der Reitanfänger, bei dem davon ausgegangen werden kann, dass sein Durchsetzungsvermögen durch den Reitsport gesteigert werden konnte. Bei den übrigen Reitanfängern können diesbezüglich keine Schlüsse gezogen werden.

Die letzte Hypothese besagt, dass der Reitsport das Verantwortungsbewusstsein des Reiters fördert. Wieder stimmen alle Interviewpartner der Hypothese zu, wobei hier hervorsteicht, dass bei Interviewpartner eins, zwei und drei das Verantwortungsbewusstsein erst dann zur Sprache kam, als die Hypothese während des Interviews in den Raum geworfen wurde. Demnach lassen sich keine Schlüsse ziehen, inwieweit die eben genannten Interviewpartner ihr Verantwortungsbewusstsein erhöhen konnten beziehungsweise, ob dies überhaupt der Fall war. Bei Interviewpartner acht kann allerdings festgehalten werden, dass er in Bezug auf den Reitsport definitiv Verantwortungsbewusstsein besitzt, da er während des Reitens immer auf das Wohlergehen seines Pferdes achtet. Bei Interviewpartner vier, fünf und sechs wird der Prozess beschrieben, inwieweit die eben Erwähnten immer mehr Verantwortung bei der Versorgung der Pferde übernehmen. Hier ergibt sich der Schluss, dass diese Drei ihr Verantwortungsbewusstsein intensivieren konnten. Interviewpartner sieben stimmt der Verantwortungsbewusstseinhypothese zwar zu, jedoch kann bei ihm noch nicht davon gesprochen werden, dass sich sein Verantwortungsbewusstsein bedeutsam gesteigert hat.

Abschließend ist festzuhalten, dass sich die Selbstvertrauenshypothese durch die Analyse und den Vergleich der Interviews verfestigt. Die Hypothese wird zudem von allen Interviewpartnern bestätigt und belegt durch die persönliche Weiterentwicklung der Befragten. Auch bei der Hypothese der sozialen Kompetenzen verstärkt sich der Verdacht, dass diese zutrifft. Alle fortgeschrittenen Reiter berichten während ihrer Befragung von einer Förderung ihrer sozialen Kompetenzen. Die dritte Hypothese der Geduld kann nicht zweifelsfrei davon ausgegangen werden, dass diese der Realität entspricht, allerdings gibt es Ansätze, welche die Annahme bestärken. Die Hypothese, dass der Reitsport das Durchsetzungsvermögen des Reiters fördert, erhärtet sich ebenfalls, durch die positive Weiterentwicklung von Interviewpartner eins, zwei und acht, sowie die Annahme, dass das Durchsetzungsvermögen von Interviewpartner sechs gestiegen ist. Bei der letzten Hypothese, welche sich auf das Verantwortungsbewusstsein bezieht, ergeben sich ein paar Unklarheiten. Der Grund hierfür ist, dass die Reitanfänger besser schildern konnten, inwieweit sie im Reitsport Verantwortung übernehmen müssen, als die Mehrzahl der fortgeschrittenen Reiter. Es lässt sich die Vermutung aufstellen, dass Reiter besonders zu Beginn ihrer Reitausbildung Verantwortung übernehmen müssen und diese im weiteren Verlauf eventuell nicht mehr als solche wahrgenommen wird, sondern als trivial betrachtet wird. Dennoch lässt sich festhalten, dass bei fast allen Reitanfänger von zumindest einem bisherigen gesteigerten Verantwortungsbewusstsein gesprochen werden kann. Die Hypothese, dass der Reitsport das Verantwortungsbewusstsein des Reiters fördert, bleibt also bestehen.

Es stellt sich spätestens an dieser Stelle die Frage, inwieweit die Hypothesen nicht nur auf den Reitsport, sondern auch in den sonstigen Spähern des Lebens der Befragten zutreffen. In Bezug auf die Beantwortung der ursprünglichen Hypothesen, ist es von Bedeutung, ob die Interviewpartner nicht nur beim Reiten sozial kompetent, durchsetzungsfähig, geduldig und verantwortungsbewusst sind und Selbstvertrauen besitzen, sondern auch in den weiteren Facetten ihres Lebens. Es gibt in den Interviews verschiedene Aussagen, die in Hinweis dafür sein könnten, dass die Hypothesen auch außerhalb des Reitens zutreffen, allerdings lassen sich diesbezüglich nicht genügend Belege finden. Demzufolge bedarf es hinsichtlich dieses Aspekts weiterer Forschung.

Zusammengefasst kann festgehalten werden, dass alle Interviewpartner zwar allen Hypothesen zugestimmt haben und bei vielen die Hypothesen zum Teil sogar zu treffen, jedoch ist es innerhalb dieses Kontexts nicht möglich, daraus zu schließen, dass diese positiven Veränderungen ausschließlich auf den Reitsport zurück zu führen sind. In welchem Umfang der Reitsport bei der Herausbildung beziehungsweise Förderung der Persönlichkeitseigenschaften maßgeblich war, kann durch die erhobenen Interviews nicht erörtert werden. Weiterhin kann nicht belegt werden, ob die bisherigen positiven Entwicklungen bei den Reitanfängern von Dauer oder nur temporär sind, sodass nicht bestimmt werden kann, ob bei den Reitanfängern eine Persönlichkeitsentwicklung festzustellen ist. Es kann höchstens angenommen werden, dass dies der Fall ist. Nicht zu vergessen ist hierbei, dass es sich in dem Rahmen dieser Bachelorarbeit um eine qualitative Studie handelt, welche nur grundlegende Tendenzen sichtbar gemacht hat, die es nun näher zu untersuchen gilt.

Darüber hinaus wären es sinnvoller einzelne Eigenschaften, wie die Empathiefähigkeit oder die Offenheit gegenüber anderen Menschen zu erfragen, anstatt die gesamten sozialen Kompetenzen eines Menschen. Begründet werden kann dies folgendermaßen: Ein Mensch kann sich zwar durch eine sehr hohe Empathiefähigkeit auszeichnen, allerdings muss er deshalb nicht zwangsläufig kontaktfreudig sein. Eine Trennung der einzelnen Eigenschaften wäre darum zweckmäßig, da der Begriff soziale Kompetenzen viele verschiedene Facetten besitzen und nicht alle Eigenschaften erfragt werden können.

Für weitere Forschungen wäre zudem interessant, eine neue Hypothese miteinzubeziehen und zwar: „Der Reitsport fördert das Selbstbewusstsein“. Die Analyse der Interviews hat hier gezeigt, dass auch dies ein Bereich ist, welcher enorm durch den Reitsport gefördert wird, sodass eine Untersuchung dieser Hypothese von Interesse wäre.

11 Schlussbetrachtung

Um ein endgültiges Fazit zu ziehen, müssen nochmals die Endaussagen der Punkte 3, 4, 5, 9 und 10 näher betrachtet werden. Insbesondere im Bereich des Reitsports steht die wissenschaftliche Belegung der Auswirkungen noch am Anfang. Die verschiedenen Aspekte der Mensch-Tier-Beziehung, welche in Kapitel 3 dieser Arbeit beschrieben wurden, beinhalten großes Potential in Bezug auf Persönlichkeitsentwicklung, wodurch der Mensch profitieren kann. Auch das Pferd an sich und der Reitsport könnte einen wertvollen Beitrag für die Persönlichkeitsentwicklung des Reiters leisten, wie in Kapitel 4 dargestellt. Die Studie der Deutschen Reiterlichen Vereinigung lieferte zwar auch erste Hinweise für die positive charakterliche Entwicklung der Reiter durch den Reitsport, jedoch ist auch hier die Stichprobengröße wenig repräsentativ, sodass eine erneute Durchführung einer vergleichbaren Studie mit mehr Probanden wünschenswert wäre.

Alles in allem müssen in dem Forschungsbereich Reitsport in Bezug auf die charakterliche Entwicklung und Persönlichkeit noch viele Nachforschungen angestellt werden, um empirische Beweise für eine positive Charakterentwicklung durch den Reitsport zu erhalten.

Die Ergebnisse der vorliegenden Bachelorarbeit besitzen allerdings aufgrund der geringen Interviewbefragungen, sowie den vielfältigen und facettenreichen Antworten nur einen Hinweis-, jedoch keinen Aussagewert. Weiterhin war es innerhalb dieses Kontexts nicht möglich zu erörtern, in welchem Umfang der Reitsport bei der Förderung der Persönlichkeitseigenschaften maßgeblich war, weshalb weitere Forschungen dies unbedingt miteinbeziehen sollten. Auch sollte bei zukünftigen Studien beachtet werden, inwieweit die Reiter, nicht nur im Reitsport, sondern auch in den sonstigen Spähern des Lebens eine Persönlichkeitsentwicklung zeigen.

Für nächste Forschungen wäre auch die Durchführung einer Langzeitstudie mit mehr Probanden interessant, da somit auch eindeutig bestimmt werden kann, ob persönliche Veränderungen, sollten welche stattgefunden haben, nur temporär oder tatsächlich von Dauer sind. Somit kann auch zweifelsfrei festgestellt

werden, ob es sich um eine Persönlichkeitsentwicklung handelt oder nur eine kurzfristige Veränderung der Persönlichkeit. Zusätzlich wäre interessant die Eltern der Probanden als Interviewpartner einzuplanen, um einen tieferen Einblick in die persönliche Entwicklung der Reiter zu bekommen. Weiterhin könnte durch den erweiterten Blickwinkel die Objektivität der Antworten erhöht werden.

Die Antwort, bezogen auf die ursprüngliche Forschungsfrage, lässt sich also folgendermaßen beantworten: Zum Teil gibt es Tendenzen, welche auf eine Persönlichkeitsentwicklung durch den Reitsport hinweisen, jedoch sind weitere Arbeiten zu diesem Thema notwendig, um eine ganzheitliche Antwort zu erhalten.

Literaturliste

Asendorpf, Jens B. (2008): Persönlichkeit: Stabilität und Veränderung. In: Weber, Hannelore; Rammsayer, Thomas (Hrsg.): Handbuch der Persönlichkeitspsychologie und Differentiellen Psychologie. Göttingen: Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, S. 16.

Asendorpf, Jens; Neyer, Franz J. (2012): Psychologie der Persönlichkeit. Mit 110 Tabellen. 5., vollst. überarb. Aufl. Berlin, Heidelberg: Springer.

Badura, Sarah (2014): Kontaktaufnahme, Beziehungserfahrungen und Beziehungsaufbau durch das Medium Pferd. In: Wüllenweber, Ernst (Hrsg.): Einander besser verstehen. Hilfen und Ansätze für Menschen mit geistiger Behinderung, mit Lernbehinderung und bei Autismus. Band 1: Kommunikation und Beziehungsgestaltung. Marburg: Lebenshilfe Verlag, S. 135-138.

Bibliographisches Institut GmbH. Duden. (2019): Doublebind, Double Bind, das. Online verfügbar unter: <https://www.duden.de/rechtschreibung/Doublebind>, Zugriff am 01.04.2019, zuletzt geprüft am 06.07.2019.

Brandtstädter, Jochen (2015): Positive Entwicklung. Zur Psychologie gelingender Lebensführung. 2. Aufl. Berlin: Springer Spektrum.

Beetz, Andrea M. (2009): Psychologie und Physiologie der Bindung zwischen Mensch und Tier. In: Otterstedt, Carola; Rosenberger, Michael (Hrsg.): Gefährten, Konkurrenten, Verwandte. Die Mensch-Tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht GmbH & Co. KG, S. 141-153.

Bohnet, Willa (2009): Die Bedürfnisse der Tiere in der Mensch-Tier-Beziehung. In: Otterstedt, Carola; Rosenberger, Michael (Hrsg.): Gefährten, Konkurrenten, Verwandte. Die Mensch-Tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht GmbH & Co. KG, S. 39.

Der Stern (2018): Quadratische Augen garantiert- was zu viel Zeit vor dem Bildschirm mit uns macht. Download: <https://www.stern.de/neon/wilde-welt/gesellschaft/fernsehen-und-pc-machen-dumm--zu-viel-zeit-vor-dem-bildschirm-scha-det-kindern-8378880.html>, Zugriff am 30.04.2019, zuletzt geprüft am 30.06.2019.

Deutsche Reiterliche Vereinigung e.V. (2013): FN-Studie bestätigt: Reiten fördert die charakterliche und soziale Entwicklung. Download: http://www.pferd-aktuell.de/misc/filePush.php?mimeType=application/msword&full-Path=http://www.pferd-aktuell.de/files/2/66/491/PM_zur_FN-Studie_ohne_Telefon.pdf, Zugriff am 27.05.2019, zuletzt geprüft am 30.06.2019.

Deutsche Reiterliche Vereinigung e.V. (2018): Sport. Breitensport, Turniersport, Spitzensport. Download: <https://www.pferd-aktuell.de/pferdesport/pferdesport>, Zugriff am 30.05.2019, zuletzt geprüft am 30.06.2019.

Deutsche Reiterliche Vereinigung e.V. (2019): Zahlen & Fakten. Download: <https://www.pferd-aktuell.de/fn-service/zahlen--fakten/zahlen--fakten>, Zugriff am 05.04.2019, zuletzt geprüft am 30.06.2019.

Frömming, Heiko (2006): Die Mensch-Tier-Beziehung. Theorie und Praxis tiergestützter Pädagogik. 1. Aufl. Saarbrücken: VDM Verlag Dr. Müller.

Förster, Andrea (2005): Tiere als Therapie - Mythos oder Wahrheit? Zur Phänomenologie einer heilenden Beziehung mit dem Schwerpunkt Mensch und Pferd. Stuttgart: Ibidem-Verlag.

Greiffenhagen, Sylvia (2007): Tiere als Therapie. Neue Wege in Erziehung und Heilung. München: Droemer Knaur.

Nobbe, Christine (2008): Reiten als Gesundheitssport. Magisterarbeit. Universität Wien, Wien. Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport. Download: http://othes.univie.ac.at/1558/1/2008-10-17_0004797.pdf, Zugriff am 01.05.2019, zuletzt geprüft am 30.06.2019.

Olbrich, Erhard (2009): Bausteine einer Theorie der Mensch-Tier-Beziehung. In: Otterstedt, Carola; Rosenberger, Michael (Hrsg.): Gefährten, Konkurrenten, Verwandte. Die Mensch-Tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht GmbH & Co. KG, S. 117-129.

Roth, Gerhard (2014): Persönlichkeit, Entscheidung und Verhalten. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Schimmel-Schloo, Martina; Seiwert, Lothar; Wagner, Hardy; Küstenmacher, Werner Tiki (Hg.) (2002): PersönlichkeitsModelle. Die wichtigsten Modelle für Coaches, Trainer und Personalentwickler: Alpha Plus, Biostruktur-Analyse, DISG, Enneagramm, H.D.I., Insights MDI, Interplace, LIFO, MBTI, TMS. Offenbach: Gabal Verlag GmbH.

Schneider, Johannes (2012): Was macht das Pferd mit uns? Implizite Studie zu Persönlichkeitsunterschieden zwischen Reitern und Nicht-Reitern für die Deutsche Reiterliche Vereinigung. Download: https://www.pferde-fuer-unsere-kinder.de/wp-content/uploads/2015/06/FN-Studie_Wert_Pferd.pdf, Zugriff am 28.05.2019, zuletzt geprüft am 30.06.2019.

Schumacher, Tina (2016): Inklusion im Reitsport. Leitfaden und praktische Umsetzung inklusiver Reitsportveranstaltungen. Masterarbeit. Universität zu Köln, Köln. Humanwissenschaftliche Fakultät.

Stempel, Anna Elena (2011): Pferdegestützte Persönlichkeitsbildung. Der Einsatz von Pferden in der Erwachsenenbildung. 1. Aufl. Hamburg: Diplomica Verlag.

Stoffl, Rebecca (2002): Mit Pferden erziehen. Wissenschaftliche Begründung, empirische Prüfung, Qualitätssicherung. Inaugural-Dissertation. Universität zu Köln, Köln. Erziehungswissenschaftliche Fakultät.

Stodulka, Robert (2006): Medizinische Reitlehre. Trainingsbedingte Probleme verstehen, vermeiden, beheben. Stuttgart: Parey.

Strübing, Jörg (2018): Qualitative Sozialforschung. Eine komprimierte Einführung. 2., überarb. und erweiterte Aufl. Boston, Berlin: De Gruyter.

Vernooij, Monika A. (2009): Beziehungsstrukturen zwischen Mensch und Tier in einer veränderten Gesellschaft. In: Otterstedt, Carola; Rosenberger, Michael (Hrsg.): Gefährten, Konkurrenten, Verwandte. Die Mensch-Tier-Beziehung im wissenschaftlichen Diskurs. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht GmbH & Co. KG, S. 159.

Anhang

Anhang 1: Interviewleitfaden für Reitanfänger	XIII
Anhang 2: Interviewleitfaden für fortgeschrittene Reiter	XV
Anhang 3: Transkripte.....	XVII

Anhang 1: Interviewleitfaden für Reitanfänger

Interviewfragen:

1. Einstiegsfragen:
 - 1.1. Wie alt bist du?
 - 1.2. Weiblich/Männlich?
 - 1.3. Seit wie lange reitest du schon?
 - 1.4. Wie oft reitest du in der Woche (Stunden)?

2. An was denkst du, wenn du an den Reitsport denkst?

3. Als du zum Reiten angefangen hast, welche Ängste, Wünsche hattest du?
 - 3.1. Hast du dir dadurch etwas bestimmtes erhofft?

4. Was war dein schönstes Erlebnis mit einem Pferd?
 - 4.1. Hat dich dieses irgendwie verändert?

5. Wie siehst du dich selber als Person in Bezug auf Charakter, Fähigkeiten, Stärken, Schwächen? Wie würdest du dich selbst beschreiben?

6. Wenn du dir deine Persönlichkeit aussuchen kannst, wie du sein willst, wie würdest du sein wollen?
 - 6.1. Glaubst du, dass dir der Umgang mit den Pferden und Reiten dabei helfen kann, das zu erreichen?

7. Haben andere Menschen schon mal geäußert, dass dir das Reiten in irgendeiner Weise gut tut/dich verändert hat, was haben sie gesagt?

8. Reiten stärkt das Selbstbewusstsein. Was sagst du zu diesem Zitat?

9. Welche Gefühle weckt der Reitsport bei dir und kannst du dieses Gefühl mit irgendetwas vergleichen?

10. Welche förderlichen/positiven/negativen Eigenschaften weckt das Reiten deiner Meinung nach bei einem Menschen?

11. Inwieweit musstest du beim Reiten schon Verantwortung übernehmen?

12. Denkst du, dass dir der Kontakt zu Pferden hilft, einen offeneren Kontakt zu anderen Menschen aufzubauen und zu bekommen? Wenn ja, wieso?

13. Was haben dir die Pferde und das Reiten bisher beigebracht?

14. Kannst du dir vorstellen, dass Reiten das Selbstbewusstsein des Reiters fördert? Begründen!

...das Selbstvertrauen

...die Geduld

...Verantwortungsbewusstsein

...Soziale Kompetenzen

...Durchsetzungsvermögen

14.1 Wieso bist du davon überzeugt?

Anhang 2: Interviewleitfaden für fortgeschrittene Reiter

Interviewfragen:

1. Einstiegsfragen:
 - 1.1. Wie alt bist du?
 - 1.2. Weiblich/Männlich?
 - 1.3. Seit wie lange reitest du schon?
 - 1.4. Wie oft reitest du in der Woche (Stunden)?

2. An was denkst du, wenn du an den Reitsport denkst?

3. Als du zum Reiten angefangen hast, welche Ängste, Wünsche hattest du?
 - 3.1. Hast du dir dadurch etwas bestimmtes erhofft?

4. Schaue in der Zeit zurück, als du zum Reiten angefangen hast. Wie würdest du dich zu diesem Zeitpunkt beschreiben? Deine Persönlichkeit

5. Was war dein schönstes Erlebnis mit einem Pferd?
 - 5.1. Hat dich dieses irgendwie verändert?

6. Wie siehst du dich selber als Person in Bezug auf Charakter, Fähigkeiten, Stärken, Schwächen? Wie würdest du dich selbst beschreiben?

7. Glaubst du, dass dich der Reitsport in irgendeiner Weise verändert hat, inwieweit?

8. Wenn du dir deine Persönlichkeit aussuchen kannst, wie du sein willst, wie würdest du sein wollen?
 - 8.1. Glaubst du, dass dir der Umgang mit den Pferden und Reiten dabei helfen kann, das zu erreichen?

9. Inwieweit merkst du einen Unterschied als du früher zum Reiten angefangen hast zu deinem jetzigen Entwicklungsstand/ Persönlichkeit?

10. Haben andere Menschen schon mal geäußert, dass dir das Reiten in irgendeiner Weise gut tut/dich verändert hat, was haben sie gesagt?
11. Reiten stärkt das Selbstbewusstsein. Was sagst du zu diesem Zitat?
12. Welche Gefühle weckt der Reitsport bei dir und kannst du dieses Gefühl mit irgendetwas vergleichen?
13. Welche förderlichen/positiven/negativen Eigenschaften weckt das Reiten deiner Meinung nach bei einem Menschen?
14. Denkst du, dass dir der Kontakt zu Pferden hilft, einen offeneren Kontakt zu anderen Menschen aufzubauen und zu bekommen? Wenn ja, wieso?
15. Was haben dir die Pferde und das Reiten bisher beigebracht?
16. Kannst du dir vorstellen, dass Reiten das Selbstbewusstsein des Reiters fördert? Begründen!
 - ...das Selbstvertrauen
 - ...die Geduld
 - ...Verantwortungsbewusstsein
 - ...Soziale Kompetenzen
 - ...Durchsetzungsvermögen
- 16.1 Wieso bist du davon überzeugt?

Anhang 3: Transkripte

1 Interview I1-19-06-19

2 I: Gut ähm dann erst mal so ein paar Einstiegsfragen, auch wenn ich sie schon
3 weiß, aber trotzdem muss ich sie fragen. Ähm wie alt bist du denn?

4 P1: Ich bin sechzehn.

5 I: Mhm. Männlich, weiblich weiß ich eh. Ähm, wie lange reitest du schon?

6 P1: Also ähm bei der <Maxi> jetzt glaub ich ähm vier Jahre ungefähr und ich bin
7 vorher aber schon mal geritten, so mit sechs, aber das war eher so Freizeit, ein-
8 fach Spaßhalber.

9 I: Okay und wie oft reitest du in der Woche? Auch gerne so stundenmäßig?

10 P1: Ähm also zwei Mal bei der <Maxi>¹⁰, heißt, also zwei Stunden

11 I: Also zwei Stunden in der Woche?

12 P1: Ja

13 I: Okay gut. Ähm, dann erstmal so eine generelle Frage, wenn du so den Reit-
14 sport im Kopf hast, an was würdest du da denken? Was fällt dir so spontan für
15 Sachen ein?

16 P1: Ähm ja also auch Dressur, so Turniermäßig vielleicht auch, weil mich das
17 auch so ja, fasziniert ähm was man so mit den Pferden auch so machen kann.
18 Ähm aber auch Freizeitreiten, also einfach im Gelände draußen.

19 I: Okay gut. Ähm, dann mhm (...) ok. Als du zum Reiten angefangen hast, hast
20 du da irgendwelche Ängste oder meinet wegen auch Wünsche gehabt, jetzt au-
21 ßer, dass du (...) ne ok, nochmal, als du zum Reiten angefangen hast, hattest du
22 da irgendwelche Ängste oder Wünsche? (...) Oder eigentlich nicht?

23 P1: Hm eigentlich nicht. Also das war eher so meine Mum hat ähm ne Freundin
24 gehabt, die hat ein Pferd gehabt und die hat gefragt, ob ich reiten will, und ähm

¹⁰ Namen wurden geändert

25 meine Mum ist ja auch schon geritten und dann hab ich da halt einfach angefan-
26 gen, ja, weil wir schon immer so mit Pferde ein bisschen zu tun hatten, ja.

27 I: Okay, also deswegen hast du zum Reiten angefangen, einfach weil du schon
28 immer schon so ein bisschen Kontakt zu Pferden hattest und (.)

29 P1: Ja.

30 I: Okay und aber hast du dir noch irgendetwas bestimmtes erhofft, dadurch, dass
31 du zum Reiten anfängst, also außer jetzt natürlich reiten zu lernen?

32 P1: Hm (.)

33 I: Weil viele kommen ja also, nur als Beispiel weil viele kommen ja auch zum
34 Beispiel weil sie sagen sie würden gerne, ich weiß nicht mehr Selbstbewusstsein
35 haben oder so. Aber das war jetzt bei dir nicht so?

36 P1: Eigentlich nicht, nein.

37 I: Okay, ja ist in Ordnung. Hm, okay denk mal an die Zeit zurück, als du grade so
38 zum Reiten angefangen hast. Ähm, wie würdest du dich zu dem Zeitpunkt be-
39 schreiben? Von deiner Persönlichkeit her?

40 P1: Oh okay ähm (.)

41 I: Also warst du da mehr schüchtern, oder offen oder(...)?

42 P1: Ja doch, ich war schon schüchtern, ja (.) ich hab mich da nicht so wirklich
43 getraut und auch ähm mit dem Pferd dann alleine was zu machen, also ich hatte
44 eigentlich immer jemand der das dann geführt hat, bis ich erst mal sicherer ge-
45 worden bin.

46 I: Ok und würdest du dich sonst noch irgendwie anders beschreiben? Oder wür-
47 dest du sagen ja ich war schüchtern, oder warst du auch (.) also hat sich das nur
48 auf die Pferde bezogen oder warst du generell schüchtern?

49 P1: Hm, ja also ich glaube ich war generell schüchterner, wie jetzt...keine Ahnung

50 I: Okay, okay alles klar. Ähm was war denn so bisher dein schönstes Erlebnis mit
51 dem Pferd?

52 P1: Hm, also äh, das schönste Erlebnis glaub ich, dass (...) also ich habe viele
53 schöne Erlebnisse gehabt, vor allem auch so beim Ausreiten dann im Gelände
54 oder wenn halt dann einfach was klappt, was man so lange trainiert hat oder
55 springen auch, ja.

56 I: Okay und wenn du sowas erfolgreich geschafft hast, inwieweit...inwieweit hat
57 sich das...oder würdest du sagen das hat dich irgendwie verändert?

58 P1: Naja man ist halt dann stolz drauf und (.) das (.) das merkt man halt dann
59 noch so länger das man dann glücklich ist.

60 I: Ok, dass man dann längere Zeit lang sehr froh ist?

61 P1: Ja.

62 I: Ähm, ähnliche Frage wie grad vorhin, wie würdest dich denn jetzt momentan
63 beschreiben von deinem Charakter her, wie du bist?

64 P1: Hm, äh. Naja (...)

65 I: Also deine Stärken oder Schwächen?

66 P1: Also Schwächen vielleicht, ich bin manchmal bisschen ungeduldig.

67 I: Okay.

68 P1: Ähm und Stärken (.) ähm also ich bin meistens ziemlich ausgeschlossen und
69 probiere gerne neues aus.

70 I: Mhm, aufgeschlossen meinst du, oder?

71 P1: Ja achso, hab ich das gesagt?

72 I: Ja, ich glaub du hast ausgeschlossen gesagt.

73 P1: Achso, nein aufgeschlossen, ja.

74 I: Okay.

75 P1: Ja.

76 I: Gut und ähm (.) so, wie würdest du sagen kommst du jetzt zurecht? Bist du
77 jetzt offener oder kontaktfreudiger geworden oder nicht mehr so schüchtern?

78 P1: Ja glaub schon, also auch durch (.) ähm das äh Trainerausbildung, dass man
79 da so auf Leute zugeht und auch mit denen dann halt so einfach ein Gespräch
80 anfängt, glaub das ist schon besser geworden.

81 I: Okay mhm. Hm, okay ja, fassen wir nochmal zusammen. Habe nämlich noch
82 eine zusammenfassende Frage, glaubst du, dass dich der Reitsport denn in ir-
83 gendeiner Weise verändert hat? Von deiner Persönlichkeit her, oder auch gene-
84 rell?

85 P1: Hm, also ganz direkt ist mir das nicht so aufgefallen, aber ich glaub, dass das
86 schon gut ist für Durchsetzungsfähigkeit und auch Selbstbewusstsein ganz viel.

87 I: Ja okay, mhm. Wenn du dir jetzt aussuchen könntest wie du sein willst von der
88 Persönlichkeit her, wie würdest du denn sein wollen?

89 P1: Hm, also sehr aufgeschlossen auch und ähm (...) ja, dass man halt einfach
90 Freunde an dem hat was man macht, auch später im Beruf oder so. Und ähm
91 naja, dass man auch auf die Menschen zugeht und ihnen vielleicht auch helfen
92 kann, wenn sie Probleme haben und ja.

93 I: Okay. Also auch so ein bisschen empathisch sein dann, oder?

94 P1: Ja schon.

95 I: Okay mhm. Und glaubst du, dass dir der Umgang mit den Pferden hilft so even-
96 tuell werden zu können?

97 P1: Ja glaub schon.

98 I: Könntest du das begründen oder einfach so aus dem Bauch heraus sagen (...)

99 P1: Naja ähm ich finde halt von den Pferden lernt man halt viel und auch im
100 Umgang, das man halt ruhig bleiben muss, auch und ähm sich durchsetzen muss
101 und das man eben auch feinfühlicher wird, vielleicht das man merkt, ob es dem
102 Pferd gut geht oder nicht.

103 I: Mhm. Ja genau, also so die Empathiefähigkeit könnte man also schon durch
104 die Pferde bekommen?

105 P1: Ja.

106 I: Mhm okay. Mhm...inwieweit merkst du denn einen Unterschied als du früher
107 angefangen hast zum Reiten zu deinem jetzigen Entwicklungsstand? Also merkst
108 du, dass sich da was verändert hat, positiv oder meinet wegen auch negativ?

109 P1: Ja ähm früher habe ich halt, wenn ich mit dem Pferd alleine war (...) war das
110 schon immer so: `Oh Gott hoffentlich mache ich jetzt nichts falsch` und ähm war
111 ziemlich aufgeregt und ähm jetzt (...)

112 I: Und unsicher so ein bisschen?

113 P1: Ja und jetzt merk ich halt schon, dass ich auch mal Sachen alleine mach und
114 auch ausprobier, wo ich früher vielleicht gesagt hätte, naja, das ist mir jetzt zu
115 unsicher, mache ich lieber nicht. Dass ich halt einfach mache und schau was
116 dabei raus kommt.

117 I: Also auch so ein bisschen Selbstvertrauen oder? Wenn ich das richtig raus-
118 höre?

119 P1: Ja, ja glaub schon.

120 I: Okay, dann haben andere Menschen schon mal geäußert, dass dir das Reiten
121 in irgendeiner Weise gut tut oder dich verändert hat?

122 P1: Hm ähm vielleicht also, naja <Maxi> hat mal gesagt, dass ich in meinem
123 Selbstvertrauen bleiben muss eben und dass das gut wäre, aber sonst eigentlich
124 nicht (...)

125 I: Also nur, dass du in deinem Selbstvertrauen bleiben sollst oder, dass dich das
126 Reiten irgendwie weiter gebracht hat (...)

127 P1: Das jetzt direkt so hat glaub ich noch niemand (...)

128 I: Okay alles klar, dann einfach mal ein Zitat: Reiten stärkt das Selbstbewusst-
129 sein, was sagst du zu dem Zitat?

- 130 P1: Ja doch, also das finde ich schon, dass es stimmt.
- 131 I: Wieso?
- 132 P1: Weil man eben auch wie ich vorher schon gesagt hat mit dem Pferd auch mal
133 selber handeln muss und es ist ja nicht immer jemand da der einen helfen kann,
134 dass man sich selbst durchsetzen muss und auch mit dem Pferd eben (...) ja mit
135 dem Pferd arbeiten muss. Ja glaub schon, dass das hilft
- 136 I: Okay dann ok, welche Gefühle weckt denn der Reitsport bei dir oder kannst du
137 auch diese Gefühle mit etwas anderem vergleichen?
- 138 P1: Ähm also Freude, mir macht das halt total Spaß reiten. Ja und ich mags halt
139 auch mit äh Pferde zu arbeiten.
- 140 I : Und wenn du auch die Beziehung zum Pferd betrachtest, welche Gefühle
141 weckt das bei dir?
- 142 P1: Weiß nicht, wie ich das jetzt beschreiben soll. Es ist halt (...) ich mag Pferde
143 und ähm mach gerne was mit ihnen und hab auch schon voll viele Bücher schon
144 gelesen.
- 145 I: Okay ganz allgemein, welche positiven oder meiner wegen auch negativen Ei-
146 genschaften weckt denn deiner Meinung nach das Reiten bei einem Menschen?
147 Jetzt unabhängig von dir, sondern ganz allgemein, was glaubst du kann das Rei-
148 ten wirklich bewirken?
- 149 P1: Ja also auf jeden Fall Durchsetzungsfähigkeit und auch, dass man zusam-
150 men arbeitet und ähm Selbstvertrauen, wie wir schon gesagt haben. Ähm negativ
151 wüsste ich jetzt eigentlich nicht wirklich (...) also ich glaub das ist eher positiv.
- 152 I: Und fällt dir noch irgendwas ein, irgendwelche positiven Eigenschaften?
- 153 P1: Hm, naja, dass man halt auch mit anderen Lebewesen umgeht und schaut
154 wie verhalten sie sich, und ja was kann ich vielleicht auch lernen.
- 155 I: Okay alles klar, dann (...) ah ja denkst du, dass dir der Kontakt zu Pferden hilft
156 einfach auch einen offeneren Zugang zu anderen Menschen aufzubauen?

- 157 P1: Ja glaub schon.
- 158 I: Und wieso bist du dieser Meinung?
- 159 P1: Weil man ja auch auf (.) auf die Pferde zugehen muss und auch ähm ne
160 Verbindung zu denen aufbaut, je mehr man mit denen zu tun hat und das ist ja
161 eigentlich bei Menschen ja auch nichts anderes, also man muss ja auch auf sie
162 zugehen und ja auch vertrauen fassen so, ja (...)
- 163 I: Ja, das mit dem auf die Pferde zugehen, ist schon (...) das ist sogar sehr richtig,
164 weil die Pferde haben ja auch so einen Aufforderungscharakter, sag ich jetzt mal,
165 die sind ja nicht so wie ein Hund, dass sie einfach so auf den Menschen zugehen,
166 sondern bei dem Pferden muss man ja eigentlich selbst erst mal den ersten Kon-
167 takt aufbauen. Genau okay ähm fassen wir die Frage (...) alle Fragen jetzt ein-
168 fach nochmal so zusammen, ähm was haben dir denn die Pferde und das Reiten
169 bisher alles so beigebracht?
- 170 P1: Hm, ja auch ähm selber mal was zu machen und ja eigentlich das was wir
171 schon alles gesagt haben, also das Selbstvertrauen und ähm auch eigenständi-
172 ges Handeln und ähm, dass man halt schaut äh was ist jetzt in der Situation, was
173 muss ich jetzt machen, also, dass man so einen Überblick hat vielleicht (...)
- 174 I: Okay, so dann frag ich jetzt nochmal spezifisch noch ein paar Sachen ab, ähm
175 warte (...) gut, dass Reiten das Selbstbewusstsein fördert haben wir ja grad vor-
176 hin schon gesagt. Ähm kannst du dir vorstellen, dass Reiten auch das Selbstver-
177 trauen fördert, also nicht nur das Selbstbewusstsein, sondern das Selbstver-
178 trauen?
- 179 P1: Ja (...) ja, weil ähm man muss ja (...) also man muss sich ja auch selber
180 vertrauen und ruhig bleiben, weil wenn man jetzt aufgedreht ist und `oh ich schaff
181 das jetzt nicht`, das überträgt sich ja auch aufs Pferd und ich glaub das lernt man
182 dann schon auch, dass man selbst ruhig bleibt und sich sagt, `ich schaff das jetzt`
183 und das machen wir jetzt, ja (...)
- 184 I: Ähm du hast grad vorhin auch noch gesagt, dass du dich früher oder ich glaub
185 jetzt so ein bisschen als ungeduldig beschreiben würdest. Glaubst du, dass dir
186 der Reitsport helfen kann so ein bisschen geduldiger zu werden?

187 P1: Ja, glaub schon, weil ähm also wenn man jetzt beim Pferd ungeduldig ist und
188 ähm ja wie jetzt in der Schule oder so da ist es bei mir so, naja ähm ich will halt
189 da nicht so warten, sondern eher jetzt gleich und auch, wenn jetzt Leute sagen
190 `später` dann hm (.) und auch beim Reiten muss man halt oft warten und wenn
191 man jetzt mit dem Pferd ungeduldig wird, dann überträgt sich das ja auch aufs
192 Pferd und das ist das ja dann auch nicht so gut. Man muss halt immer ruhig
193 bleiben und ja.

194 I: Also glaubst du schon, dass Reiten die Geduld fördert?

195 P1: Ja.

196 I: Okay wie sieht's denn aus mit dem Verantwortungsbewusstsein? Kannst du dir
197 vorstellen, dass das auch irgendwie durchs Reiten gefördert wird?

198 P1: Ja, also ähm man ist ja in dem Moment, wo man Reiter ist für das Pferd
199 verantwortlich, weil ja man lenkt es ja und es soll auf einen hören auch und ähm
200 mit einem arbeiten und ähm ja man (.) man hat halt dann auch die Verantwortung
201 für das Pferd auch und ja das glaub ich hilft dann schon.

202 I: Okay und auch generell auch, ich mein zum Reitsport gehört ja auch vorher
203 putzen und eventuell auch Pflegen. Glaubst du, dass auch das helfen kann beim
204 Verantwortungsbewusstsein?

205 P1: Ja (...) ja. Ich hab jetzt da grad (...) ich weiß jetzt nicht, wie ich das so (...)

206 I: Okay (...) ja ist in Ordnung, ok. Glaubst du, dass das Reiten auch soziale Kom-
207 petenzen von einem Menschen fördern kann?

208 P1: Also soziale Kompetenzen (...)?

209 I: Sowas wie Empathie, offener Zugang zu anderen Menschen, kontaktfreudig
210 sein, Beziehungen aufbauen und auch aufrecht erhalten.

211 P1: Ja (...) ja glaub schon, weil das Pferd ist ja da jetzt nicht wirklich so viel un-
212 terschiedlich zu Menschen. Also du musst ja auch wenn du den Kontakt mal hast
213 ähm auch aufrecht erhalten und mit dem Pferd immer wieder was machen und
214 ähm ja, ich glaub schon, dass das (...) weil das Pferd ja auch so ein Gruppen
215 also (...)

- 216 I: Herdentier?
- 217 P1: Ja, Herdentier ja, und ähm ja, die sind ja auch nicht gerne alleine. Und haben
218 da auch so, wenn man jetzt ja auch auf der Weide so sieht, dass die (...) die
219 Pferde sind ja auch soziale Wesen eigentlich.
- 220 I: Ja genau, okay und dann zum Schluss ähm noch kannst du dir vorstellen, dass
221 Reiten das Durchsetzungsvermögen des Reiters fördert?
- 222 P1: Ja.
- 223 I: Kannst du das auch begründen?
- 224 P1: Wenn man jetzt (...)
- 225 I: Kannst auch Beispiele sagen, wenn dir das leichter fällt.
- 226 P1: Jetzt zum Beispiel der Andi¹¹ oder so der testet ja einen dann auch, ähm, ob
227 man sich durchsetzen kann.
- 228 I: Was macht er da zum Beispiel?
- 229 P1: Ähm ja, dass man halt wenn man jetzt zum Beispiel auf die eine Seite gehen
230 will, dass er halt dann anders rum geht oder zu den Stuten hin, macht er auch
231 gerne mal, und ähm da muss man sich dann halt schon durchsetzen, dass er das
232 dann halt nicht macht.
- 233 I: Ja und, dass er das macht was du dann praktisch willst.
- 234 P1: Ja
- 235 I: Okay ja gut, dann glaub ich sind wir so weit fertig, dann sag ich schon mal
236 danke.
- 237 P1: Ja, gerne.

¹¹ Ein Wallach, mit dem Namen Andi

238 **I2-21-06-19**

239 I: Jetzt ok. Ähm, also erstmal so ein paar Einstiegsfragen, ähm wie alt bist du?

240 P2: Dreizehn.

241 I: Okay männlich, weiblich brauch ich jetzt nicht fragen. Ähm, wie lange reitest du
242 schon?

243 P2: Ähm also im August werden es jetzt sechs Jahre.

244 I: Okay und wie oft reitest du in der Woche oder auch meinet wegen so stunden-
245 mäßig?

246 P2: Einmal in der Woche.

247 I: Also so eine Stunde?

248 P2: Genau.

249 I: Okay aber auch regelmäßig, oder?

250 P2: Ja.

251 P2: Okay, ähm erst mal so ganz allgemein, wenn du an den Reitsport denkst was
252 fällt dir da ein?

253 P2: Harmonie und Leidenschaft und auch...

254 I: Fallen dir noch ein paar Sachen ein?

255 P2: Vertrauen und ja man (.) man hat einen Freund, also einen Partner, also man
256 ist zu zweit, also kein Einzelkämpfer

257 I: Ja, ja so geht's mir auch. Ähm als du damals zum Reiten angefangen hast.
258 Hattest du da irgendwelche Wünsche oder Ängste?

259 P2: Ne, also Wünsche nicht direkt, Ängste naja eher vorm runterfallen.

260 I: Okay mhm, ähm oder hast du dir auch, dadurch, dass du zum Reiten angefan-
261 gen hast, irgendwas bestimmtes erhofft, jetzt außer reiten zu lernen?

- 262 P2: Ne (...) nein.
- 263 I: Na, weil es ist ja so zum Beispiel, weil viele kommen ja auch, weil sie sagen
264 `okay ich geh da bewusst hin, weil ich sag durch das Reiten steigt es vielleicht
265 mein Selbstbewusstsein` oder so, aber das ist bei dir nicht?
- 266 P2: ((Schüttelt Kopf))
- 267 I: Ok alles klar, ähm dann wenn du jetzt nochmal zurück schaust, als du am An-
268 fang zum Reiten angefangen hast, wie würdest du dich zum dem Zeitpunkt be-
269 schreiben? Also deine Persönlichkeit?
- 270 P2: Unsicher auf jeden Fall, gar nicht viel Selbstbewusstsein (...)
- 271 I: Ich kann dir auch so ein paar Stichworte geben, wenn du magst. Ähm (...) warst
272 du sehr kontaktfreudig oder...
- 273 P2: Eigentlich nicht.
- 274 I: Wie sieht's aus mit Durchsetzungsfähigkeit, würdest du sagen, dass das...
- 275 P2: Auch nicht.
- 276 I: Ne? Ok, hm mutig oder Geduld oder weiß nicht, wenn dir noch etwas einfällt?
- 277 P2: Naja eher geduldig (...)
- 278 I: Hm geduldig, ok. So dann denk jetzt mal an dein schönstes Erlebnis mit dem
279 Pferd, was war das? Darfst dir auch ruhig Zeit lassen.
- 280 P2: Also ich weiß nicht, aber so eine tiefe Bindung, also ganz viel Vertrauen.
- 281 I: Also da geht's dir mehr so um die Beziehung zum Pferd und hat dich das ir-
282 gendwie verändert? Dass du so eine tiefe Beziehung zum Pferd entwickelst?
- 283 P2: Ja schon.
- 284 I: Und könntest du das irgendwie näher beschreiben, warum oder ähm (...)?
- 285 P2: Naja, weil mir fällt es eben auch leichter anderen zu vertrauen dadurch.

286 I: Okay. Gut ähm jetzt haben wir ja schon gesagt, wie du damals warst, als du
287 zum Reiten angefangen hast von der Persönlichkeit her. Und jetzt würde ich
288 gerne wissen, wie du dich momentan beschreiben würdest. Was du für Stärken
289 hast oder Schwächen?

290 P2: Auf jeden Fall reinfühlen in andere, sich reinversetzen und (...)

291 I: Auch so ein bisschen Empathie dann, oder?

292 P2: Ja genau (...)

293 I: Aber du hast bestimmt noch mehr stärken?

294 P2: Ja ich muss nur überlegen.

295 I: Ja lass dir Zeit, wir haben Zeit...du kannst auch, wenn du willst es vergleichen
296 mit dem wie du früher warst.

297 P2: Okay (...) ich bin auf jeden Fall selbstbewusster geworden und auch ich hab
298 auch ein ganz anderes Auftreten gegenüber anderen.

299 I: Also so von der Ausstrahlung her?

300 P2: Ja genau.

301 I: Okay mhm.

302 P2: Und ich kann jetzt auch mal nein sagen, also das macht mir jetzt auch nicht
303 mehr so viel aus.

304 I: Okay (...) das waren jetzt ganz viele positive Sachen, fällt dir auch irgendeine
305 Schwäche ein? Oder momentan grade nicht?

306 P2: Nein (...)

307 I: Okay ähm dann die Frage, glaubst du, dass dich der Reitsport in irgendeiner
308 Weise verändert hat?

309 P2: Ja.

310 I: Okay und inwieweit?

- 311 P2: Wie positiv jetzt oder (...)?
- 312 I: Ja genau, also darfst alles sagen, was dir einfällt, wie dich der Reitsport verän-
313 dert hat.
- 314 P2: Also ich weiß nicht, aber es macht mich glücklicher, also es ist (...)
- 315 [Geräusche von draußen]
- 316 I: Einfach weiter reden...
- 317 Fremde Person: Ich stör euch echt nur ungern...[Stopp der Aufnahme für circa 3
318 Minuten]
- 319 I: Ja genau dann machen wir jetzt einfach weiter, magst du mir nochmal ganz
320 kurz sagen, was du eben gesagt hast?
- 321 P2: Hm (...)
- 322 I: Sorry.
- 323 P2: Ne alles gut, auf jeden Fall bin ich selbstbewusster geworden. Und auch all-
324 gemein einfach sicherer.
- 325 I: Stimmt, vom Auftreten her hast du gesagt?
- 326 P2: Ja genau, genau und ich kann mich besser durchsetzen auch bei anderen.
- 327 I: Okay mhm, das hört sich doch gut an. Ok, also jetzt haben wir ja schon erörtert,
328 wie du früher warst am Anfang vom Reiten, wie du jetzt bist und jetzt hab ich
329 noch die Frage, wenn du dir aussuchen könntest (...) deine ganze Persönlichkeit,
330 wie du sein willst, wie würdest du sein wollen? Oder sagst du, du bist jetzt schon
331 ganz zufrieden und das passt dir alles so?
- 332 P2: Eigentlich passt's mir, aber in manchen Situationen könnte ich (...) bin ich
333 noch zu unsicher.
- 334 I: Mhm, und das würdest du gerne verbessern?
- 335 P2: Genau, ja.

336 I: Hm, glaubst du, dass dir der Umgang mit den Pferden und auch das Reiten
337 dabei helfen könnte noch sicherer zu werden?

338 P2: Ja schon.

339 I: Mhm, ähm gut die Fragen wiederholen sich zum Teil so ein bisschen ähm, aber
340 ich stell's einfach trotzdem mal. Inwieweit merkst du denn einen Unterschied als
341 du früher zum Reiten angefangen hast, zu deinem jetzigen Entwicklungsstand?

342 P2: Naja ich finde wenn (...) das Pferd hat ein ganz anderes Verhalten und (...)

343 I: Ja gut, das ist ja im Prinzip, wie das was wir schon vorher schon ein bisschen
344 gesagt haben. Ähm naja, dass du jetzt so ein bisschen nein sagen kannst, dich
345 so ein bisschen mehr durchsetzen kannst. Genau (...)

346 P2: Ja.

347 I: Okay, dann (...) ah die Frage ist auch gut. Haben andere Menschen schon mal
348 geäußert, dass dir das Reiten in irgendeiner Weise gut tut oder dich verändert
349 hat?

350 P2: Ja schon, ja.

351 I: Und was haben sie gesagt?

352 P2: Ja auch das mit dem (...) ganz oft ist das mit dem Selbstbewusstsein und
353 auch, dass ich mich mehr trau, jetzt auch weil ich bin (...) also beziehungsweise,
354 ich war mehr schüchtern und ich geh einfach offener zu anderen Leuten hin, ge-
355 nau sowas auch.

356 I: Okay und das haben die dann wohl auch schon öfter geäußert, oder?

357 P2: Ja.

358 I: Okay, dann sage ich dir einfach mal so ein Zitat und zwar: Reiten stärkt das
359 Selbstbewusstsein. Einfach nur das Zitat, was würdest du dazu sagen?

360 P2: Auf jeden Fall.

361 I: Mhm, könntest du das auch begründen?

362 P2: Naja, weil das Pferd oder der Reiter soll ja der Chef sein, und man muss sich
363 ja automatisch durchsetzen, sonst macht ja das Pferd mit einem was es will.

364 I: Genau, du darfst auch ruhig Beispiele bringen oder so, wenn dir was einfällt,
365 auch vom Reiten. Dass du sagst, daran kannst du's besser beschreiben, dann
366 darfst du das auch gerne machen.

367 P2: Naja oder wenn man führt, dann das Pferd darf oder sollte einen ja nicht
368 überholen und man muss sich ja man muss dem Pferd ja auch klar machen, dass
369 man selbst der Chef ist. Deswegen, ja

370 I: Mhm ok...welche Gefühle weckt denn der Reitsport bei dir? Und kannst du das
371 Gefühl mit irgendetwas vergleichen?

372 P2: ((Keine Antwort))

373 I: Also sowas, wie ich weiß nicht, wie zum Beispiel beim Springreiten sagen ja
374 ganz viele Reiter sie fühlen sich so, als würden sie mit dem Pferd fliegen oder...

375 P2: Ah okay, ja (...)

376 I: Also irgendwie sowas.

377 P2: Naja Vertrauen, so ganz es ist (...) es ist (...) es geht sehr tief.

378 I: Mhm, also so eine enge Verbundenheit?

379 P2: Genau.

380 I: Mhm, ähm dann jetzt mal ganz allgemein auf alle Menschen betrachtet, was
381 glaubst du denn, welche positiven oder meinet wegen auch negative Eigenschaf-
382 ten das Reiten bei einem Menschen fördern kann?

383 P2: Ich find man erkennt sein Charakter besser oder man lernt ihn mehr kennen.

384 I: Oder fällt dir noch was ein, was der Reitsport fördert?

385 P2: Hm die Gesundheit?

386 I: Ok Jaja klar, stimmt ja auch.

387 P2: ((Keine Antwort))

388 I: Ja gut, wenn dir nicht mehr einfällt, ist das auch in Ordnung. Dann denkst du,
389 dass dir der Kontakt zu Pferden hilft auch einen offeneren Kontakt zu anderen
390 Menschen aufzubauen?

391 P2: Ja.

392 I: Und kannst du das irgendwie begründen?

393 P2: Hm...naja, weil wenn ich zum Pferd hinge, dann (...) ich schenk ihm ja dann
394 mein Vertrauen und ich weiß nicht und wenn man einen Menschen erst mal nicht
395 kennt, sollte man ja auch offen sein.

396 I: Mhm und du glaubst, dass dann die Pferde einen dabei helfen können?

397 P2: Ja.

398 I: Ok, dann ähm ich frage jetzt einfach mal so ein paar (...) weil ich habe mir
399 selber auch was überlegt, was das Reiten so fördern kann und dann würde ich
400 das einfach mal so abfragen. Jetzt nicht unbedingt auf dich bezogen, sondern
401 allgemein. Kannst du dir vorstellen, dass das Reiten das Selbstvertrauen des
402 Reiters fördert?

403 P2: Ja.

404 I: Hm und wieso bist du davon überzeugt?

405 P2: Naja, weil wenn man (...) ich finde man (...) man lernt sich ja besser kennen,
406 weil das Pferd spiegelt ja einen, also den Charakter des jeweiligen und naja wenn
407 man weiß, was man kann, dann bekommt man auch automatisch mehr Vertrauen
408 in sich selbst.

409 I: Mhm ok dann (...) wie sieht's denn aus mit der mit der Geduld eines Menschen,
410 glaubst du da kann der Reitsport auch helfen?

411 P2: Ja, weil wenn man jetzt eine Übung reitet, dann (...) weil man braucht ja auch
412 lange Zeit bis es wirklich gut ist.

413 I: Ja genau, dann wie sieht's denn aus, in Bezug aufs Verantwortungsbewusst-
414 sein?

415 P2: Ja das fördert es auch, weil man hat ja ein Lebewesen, genau...

416 I: Du darfst auch gerne irgendwie, wenn's dir hilft, ein Beispiel sagen, warum du
417 glaubst, dass es fördert (...) wenn's dir hilft.

418 P2: Hm ne.

419 I: Ja, ist in Ordnung und ähm ganz allgemein, kannst du dir vorstellen, dass das
420 Reiten auch die sozialen Kompetenzen des Reiters fördert?

421 P2: Wie?

422 I: Also soziale Kompetenzen, wie Empathie oder auch nen offenen Zugang zu
423 anderen, kontaktfreudig sein, sowas?

424 P2: Ja.

425 I: Kannst du das auch begründen?

426 P2: Naja wenn ich zum Pferd hingeh, ich (...) ich öffne mich ja, deswegen (...)

427 I: Ja, da braucht man dann schon sehr viel Vertrauen, dann zum Pferd auch.
428 Mhm ok, und zu guter Letzt habe ich dann noch ähm das Durchsetzungsvermö-
429 gen des Reiters, glaubst du, dass das gefördert wird?

430 P2: Ja.

431 I: Hm kannst du mir da vielleicht ein Beispiel sagen, wieso du das glaubst oder
432 irgendwie anders begründen, wenn's dir leichter fällt?

433 P2: (...)

434 I: Du kannst dir auch überlegen, wenn du den Andi grade reitest bei dem muss
435 man sich ja oft mal durchsetzen.

436 P2: Ja, weil wenn man ganze Bahn galoppieren möchte, dann (...) sollte das
437 Pferd ja nicht abkürzen, da muss man sich auch ganz stark durchsetzen.

438 I: Okay, na gut dann sind wir jetzt so weit fertig mit den Fragen, vielen Dank.

439 Genau...

440 P2: Ja aber, ich finde (...)

441 I: Magst du noch (...)? Du darfst gerne noch am Ende was sagen!

442 P2: Ich weiß nicht, ich finde es ist auch ein bisschen wie eine Therapie für einen.

443 I: Ok gibt's sonst noch was, was du gerne sagen möchtest?

444 P2: Nein.

445 I: Ok, gut.

446

447 **I3-21-06-19**

448 I: So wie alt bist du denn?

449 P3: Vierzehn.

450 I: Männlich, weiblich lass ich jetzt mal weg. Das weiß ich. Ähm wie lange reitest
451 du schon?

452 P3: Neun Jahre sinds jetzt.

453 I: Das ist schon lange.

454 P3: Ja.

455 I: Okay und wie oft reitest du in der Woche? Auch gerne so stundemäßig?

456 P3: Einmal.

457 I: Also eine Stunde?

458 P3: Ja genau.

459 I: Und auch regelmäßig?

460 P3: Ja.

461 I: Okay, ähm erst mal so eine Frage zum warm werden. Wenn du an den Reit-
462 sport denkst, an was denkst du da?

463 P3: Spaß, dass man viel lernt, auch neues lernt in den Reitstunden und einfach
464 mit dem Pferd zusammen, Spaß.

465 I: Mhm, okay ähm dann wenn du mal zu der Zeit zurück denkst, als du grade zum
466 Reiten angefangen hast, hattest du da irgendwelche Ängste oder Wünsche?

467 P3: Ne, ich war eher so, `Pony! Knuddeln!` aber ich hab mir dann schon ge-
468 wünscht, ich hatte da so ein Pony und das wollte halt nicht springen, das wollte
469 halt über gar nix drüber was mit Stangen zu tun hatte und da habe ich mir schon
470 gewünscht, dass es mit mir drüber geht.

- 471 I: Okay.
- 472 P3: Ja und das haben wir am Ende auch geschafft.
- 473 I: Ah das ist doch schön.
- 474 P3: Ja.
- 475 I: Okay ähm, hast du dir auch irgendetwas bestimmtes erhofft, als du zum Reiten
476 angefangen hast, außer Reiten zu lernen?
- 477 P3: Ähm, mehr Vertrauen auch gegenüber anderen Reitern auch und mehr
478 Selbstbewusstsein.
- 479 I: Okay, super. Ähm, ok jetzt schauen wir nochmal in der Zeit zurück, als du zum
480 Reiten angefangen hast, zu dem Zeitpunkt, wie würdest du da deine Persönlich-
481 keit beschreiben?
- 482 P3: Eher zurückhaltend und ich bin nicht so gerne auf Leute zugegangen, also
483 ich habe nicht mit denen geredet und war eher so hm (...)
- 484 I: Also eher wenig kontaktfreudig?
- 485 P3: Ja, genau.
- 486 I: Okay und fällt dir noch irgendetwas ein? Also so warst du eher geduldig oder
487 ungeduldig oder (...)?
- 488 P3: Ja, ich hab mir schon viel Zeit gelassen und hab das auch verstanden, weil
489 das, wie zum Beispiel mit dem Pony als es mal nicht drüber gegangen ist, war
490 das auch nicht so schlimm.
- 491 I: Also warst du zu dem Zeitpunkt auch schon sehr geduldig?
- 492 P3: Ja.
- 493 I: Okay mhm. Dann ähm, ich weiß beim Reiten hat man ganz viele schöne Erleb-
494 nisse, aber fällt dir ein Erlebnis ein was besonders schön war?

495 P3: Ähm ja, das war, da sind wir mit der <Maxi> zusammen äh, zu einem See
496 geritten, barfuß, äh, und ohne Sattel und da sind wir in den See reingegangen
497 und haben gebadet.

498 I: Okay und hat dich dieses Erlebnis irgendwie verändert?

499 P3: Ähm ich habe mehr Vertrauen zu dem Pony bekommen und ja...

500 I: Okay so wir haben uns ja vorher schon deine Persönlichkeit angeschaut, als
501 du zum Reiten angefangen hast und wie würdest du dich denn jetzt momentan
502 beschreiben? Was sind jetzt so deine Stärken und Schwächen oder wie würdest
503 du deine Persönlichkeit beschreiben?

504 P3: Ich würde sagen, dass ich durch das Reiten selbstbewusster geworden bin,
505 weil man muss ja auch kommunizieren, wenn man jetzt zum Beispiel beim Reiten
506 ist, ja ich geh jetzt da rum oder da rum, kannst du mir mal helfen oder so. Man
507 redet generell mehr und kommuniziert auch mehr und tauscht sich aus.

508 I: Also würdest du sagen, du bist...also hm warte...also würdest du sagen durch
509 das Reiten konntest du dich anderen gegenüber mehr öffnen?

510 P3: Ja genau, man wird einfach selbstbewusster.

511 I: Okay und selbstbewusst, prima. Ähm sonst noch was oder fällt dir grade nur
512 das ein?

513 P3: Äh ja, ja.

514 I: Ok, glaubst du, dass dich der Reitsport sonst noch in irgendeiner Weise verän-
515 dert hat?

516 P3: Ähm ich glaub...so das ist so, man steigt aufs Pferd auf und denkt so `ja los`.
517 Und das war so, wenn ich jetzt auch an die ersten Stunden so zurück denke, hm,
518 mache ich alles richtig, kann ich das alles, und jetzt mache ich mir halt auch nicht
519 mehr so viele Gedanken. Und wenn ein Fehler passiert, dann ist es halt einfach
520 so.

521 I: Mhm, ja.

522 P3: Und früher war ich halt auch so hm (...) hm ich muss das jetzt so richtig
523 machen, dass es passt und ja.

524 I: Okay, ja das hört sich doch gut an. Ähm, gut, jetzt haben wir ja schon gesagt,
525 wie du früher warst von der Persönlichkeit, wie du jetzt bist und jetzt noch die
526 Frage wenn du dir komplett aussuchen kannst, wie deine Persönlichkeit ausse-
527 hen soll, ähm, wie würdest du dir das wünschen?

528 P3: Dass ich vielleicht noch ein bisschen selbstbewusster werde und mehr auf
529 Leute noch zugehen kann.

530 I: Okay.

531 P3: Ja, aber ansonsten passt es.

532 I: Okay glaubst du, dass dir der Umgang mit den Pferden und auch das Reiten
533 dabei helfen kann noch mehr so zu werden wie du sein willst?

534 P3: Ja, ich glaube schon. Weil man natürlich, wie ich grade gesagt habe, auch
535 mehr redet, man geht mehr zu. Kannst du mir mal helfen, wie ich schon gesagt
536 habe. Und ich glaube schon, dass das das Selbstbewusstsein steigert.

537 I: Okay, prima. Ähm, hm, gut. Die Frage hat jetzt eigentlich schon, also wurde
538 mehr oder weniger schon beantwortet, aber ich stell sie einfach trotzdem mal,
539 vielleicht fällt dir noch mal was ein, wenn nicht ist auch nicht schlimm. Inwieweit
540 merkst du denn einen Unterschied, als du früher zum Reiten angefangen hast zu
541 deinem jetzigen Entwicklungsstand?

542 P3: Ähm (...) boah jetzt muss ich echt nachdenken.

543 I: Ja, lass dir Zeit.

544 P3: Jetzt fällt mir grade ein, ich hatte am Anfang, wie ich das Reiten angefangen
545 habe mega Angst vor Hufen, also so vor Ponyhufen und so, weil halt da in Bü-
546 chern viel Angst gemacht worden ist und austreten und ja so aufpassen. Und das
547 hat sich natürlich auch verändert durch das, wie man es richtig macht und dem
548 helfen auch, da haben mir auch viele geholfen und das natürlich dann auch wie-
549 der mit dem Selbstbewusstsein, wenn dir viele helfen, redet man natürlich auch
550 wieder.

551 I: Okay gut ähm, haben andere Menschen schon mal geäußert, dass dir das Rei-
552 ten in irgendeiner Weise gut tut oder dass du dich dadurch irgendwie verändert
553 hast?

554 P3: Ähm meine Muma hat da so einen tollen Satz gesagt, du wirst immer nascher
555 mit den Pferden. Also sie hat gesagt, man merkt jede Reitstunde, dass ich immer
556 mehr Pferdeliebhaber werde. Also jede Reitstunde wird's immer mehr, ja. Und
557 eben auch das mit den Fehlern machen, das ist jetzt nicht mehr auch so schlimm,
558 auch auf die Schule bezogen. Weil wenn jetzt mal nicht so eine gute Note ist,
559 dann ist es halt so, aber das hat ich vorher nicht so, da wollte ich dann immer so
560 Art perfekt sein, und das ist jetzt nicht mehr so.

561 I: Glaubst du, dass das durchs Reiten gekommen ist?

562 P3: Ich würd schon sagen, weil vorm Reiten war ich eher so, `oh Gott, ja keinen
563 Fehler machen`, alle (...) alle (...) ja, dass alle zufrieden sind und jetzt bin ich halt
564 so `ja jetzt ist es passiert, das nächste Mal, machst dus besser`.

565 I: Mhm, ja.

566 P3: Ja, würde ich schon sagen.

567 I: Okay, das ist doch prima. Dann, mhm, ich geb dir jetzt einfach mal so ein Zitat,
568 Reiten stärkt das Selbstbewusstsein.

569 P3: Ja, auf jeden Fall.

570 I: Was sagst du zu dem Zitat?

571 P3: Ähm, das ist ja auch bei mir so gewesen, wie ich auch gesagt habe, dass ich
572 vorher eben zurückhaltend war und jetzt bin ich eher so, jetzt geh ich mehr auf
573 Leute zu als vorher und red auch gerne mit denen.

574 I: Okay.

575 P3: Ja.

576 I: Mhm, ähm, welche Gefühle weckt denn der Reitsport bei dir?

577 P3: Freude, Glück, und man (...) ich find man vergisst so ein bisschen die Sor-
578 gen, wenn man auf dem Pferd sitzt, weil man muss sich ja aufs Pferd konzentrie-
579 ren und dann vergisst man irgendwie so die Sorgen, die um einen rum sind.

580 I: Mhm, jetzt so ganz allgemein, nicht unbedingt auf dich bezogen, was glaubst
581 du denn, welche positiven oder meinet wegen auch negativen Eigenschaften das
582 Reiten deiner Meinung nach bei einem Menschen wecken kann?

583 P3: Ich glaube auf jeden Fall, wie schon gesagt, das Selbstbewusstsein, ähm,
584 dann das mit den Sorgen, dass man die besser verarbeiten kann, weil das Pferd
585 hilft ja auch, die besser zu verarbeiten. Ähm, und einfach Ängste, die man halt
586 auch einfach hat zu überwinden und zu sagen, `komm wir machen das jetzt ge-
587 meinsam` und nicht lange nachdenken.

588 I: Mhm, fällt dir da ein Beispiel ein?

589 P3: Ähm, ja, das ist auch bei mir so gewesen, dass ich am Anfang eher so ge-
590 wesen bin und gedacht hab hm, mache ich das so richtig und (...) aber das wurde
591 dann auch besser.

592 I: Mhm okay.

593 P3: Ja, hab mich dann auch mehr getraut dann, Dinge auszuprobieren.

594 I: Das ist gut. Ähm dann, denkst du, dass dir der Kontakt zu Pferden hilft einen
595 offeneren Kontakt zu anderen Menschen aufzubauen?

596 P3: Ja, weil man im Stall auch sehr viel redet und auch um Hilfe bittet, mal ir-
597 gendwas was zu holen. Oder auch mal das Pferd halten oder irgendwas, oder
598 auch beim Putzen helfen, dass man da auch auf einen zugeht und der andere
599 dann auch mit dir spricht und so, ja.

600 I: Mhm, okay, ähm ganz allgemein, was haben dir denn die Pferde und das Reiten
601 allgemein alles beigebracht?

602 P3: Ähm eben dieses Selbstbewusstsein, Freude, dann äh, das Fehler nicht so
603 schlimm sind, wie ich früher gedacht habe. Und auch Ängste, die man vorher
604 gehabt hat einfach zu überwinden und zu sagen `los probiers aus`, und dann

605 merkt man auch, dass man danach stolz ist, wenn man es dann wirklich geschafft
606 hat und sich überwunden hat.

607 I: Mhm okay, ich frage jetzt einfach mal so mehrere Sachen ab, weil ich hab mir
608 selber auch ein paar Gedanken gemacht, was das Reiten vielleicht ähm, ja alles
609 für positive Eigenschaften fördert. Kannst du dir vorstellen, dass das Reiten das
610 Selbstvertrauen des Reiters fördert?

611 P3: Ja, ich glaub, äh Selbstbewusstsein meinst du jetzt (...) also selbst (...) äh

612 I: Warte, warte, ähm Selbstvertrauen. Also so das Vertrauen in seine eigenen
613 Fähigkeiten, sowas.

614 P3: Ja, weil man die ja auch einsetzen kann, was man gut kann. Im Reiten kann
615 man ja auch zeigen und man wird ja auch im Reitunterricht gelobt und dann merkt
616 man vielleicht noch mehr was seine Stärken sind und wird dadurch vielleicht dann
617 selbst (...) selbst (...)

618 I: Bewusster?

619 P3: Selbstbewusster, genau.

620 I: Ne, warte.

621 P3: Ne selbst (...) was war das?

622 I: Selbstvertrauen.

623 P3: Selbstver(...)

624 I: Dann bekommt man einfach mehr Selbst (...)?

625 P3: Mehr Selbstvertrauen. Ja.

626 I: Ja jetzt haben wirs. Mhm, dann ähm, kannst du dir vorstellen, dass Reiten auch
627 die Geduld des Reiters fördert?

628 P3: Ja, weil man auch viel Zeit braucht, bis das Pferd Dinge versteht, die du willst.
629 Ähm, auch im Hinblick auf diese Stangenarbeit da mit dem Pony. Dass man da
630 viel Zeit und Geduld braucht, dass das wirklich so klappt.

631 I: Mhm, dann ähm, kannst du dir vorstellen, dass das Reiten das Verantwortungs-
632 bewusstsein des Reiters fördert?

633 P3: Würde ich auch sagen, weil ähm, du hast eine gewisse Verantwortung für
634 das Pferd, und auch wenn man jetzt, wie wir jetzt zum Beispiel auch mal so eine
635 Longe übernimmt, dass man dann auch einfach Vertr (...) äh nicht Vertrauen,
636 ähm, naja Verantwortung für das Kind eben hat und für das Pferd.

637 I: Mhm, ja. Dann noch als letztes, kannst du dir vorstellen, dass das Reiten das
638 Durchsetzungsvermögen des Reiters fördert?

639 P3: Ja, ähm, weil man natürlich auch äh, so Tage hat wo das Pferd nicht so gut
640 gelaunt ist und da muss man sich auch mal natürlich manchmal durchsetzen, und
641 deswegen denke ich, dass das da auch stärkt.

642 I: Mhm, hast du da vielleicht noch ein Beispiel? Fällt dir da eins ein?

643 P3: Hm ja, zum Beispiel heute mit der Patty¹². Wie man sich dann auch eben,
644 wenn sie schneller wird, wieder schauen muss, dass Ruhe reingebracht wird und,
645 dass alles wieder ruhig ist und auch mit dem Pony, dass ähm zum Beispiel das
646 Galoppieren am Anfang war ziemlich schwer, dass man sich da einfach durch-
647 setzt und einfach sagt `komm jetzt wir schaffen das und los`, ja.

648 I: Mhm okay, dann ähm (...) so als Abschluss, magst du noch irgendwas sagen
649 oder fällt dir noch irgendwas ein, wie das Reiten helfen könnte, oder gibt es ge-
650 nerell noch was, was du sagen willst?

651 P3: Ähm ich finde einfach das Reiten mir persönlich sehr viel Kraft auch gibt im
652 Alltag, und, dass ich glaube ich, ohne Reiten nicht leben könnte.

653 I: Okay, das ist doch schön, dann bedanke ich mich schon mal für das Interview.

654 P3: Gerne.

655

¹² Eine Stute, mit dem Namen Peppermint Patty

656 **I4-23-06-19:**

657 I: Ok, also erst mal danke, dass du mein Interviewpartner bist und dann fangen
658 wir erst mal mit so ein paar Einstiegsfragen an, die sind auch gar nicht schwer.
659 Ich muss dich auch Fragen fragen, die ich vermutlich auch weiß, aber einfach
660 weils wichtig ist, ne. Ähm, wie alt bist du denn?

661 P4: Äh ich bin sechzehn.

662 I: Mhm gut, männlich, weiblich lass ich jetzt mal weg, ich glaub, das kann ich
663 auch so aufschreiben. Ähm wie lange reitest du denn schon?

664 P4: Hm, seit Ende April, also jetzt so zwei Monate.

665 I: Hm ok, und ähm wie oft reitest du in der Woche? Auch gerne so stundenzahl-
666 mäßig.

667 P4: Hm, also momentan im Durschnitt so einmal in der Woche und das ist immer
668 so eine halbe Longen (...) äh Longenstunde dann.

669 I: Also ist das dann praktisch eine Stunde in der Woche? Oder eine halbe Stunde
670 oder (...)?

671 P4: Ja also reiten selber immer so eine halbe Stunde, plus putzen und so, aber
672 reiten selber ist immer nur eine halbe Stunde.

673 I: Ok, alles klar. Ok, dann die nächste Frage, ähm, was denkst du denn, wenn du
674 an den Reitsport denkst, einfach so ein paar Sachen, die dir einfallen.

675 P4: Hm also an Reiten, an Sport, vielleicht auch so ein bisschen Freiheit, weil es
676 irgendwie so ein cooles Gefühl ist, wenn man reitet.

677 I: Mhm, ja das kenn ich.

678 P4: Ähm, schwere Frage (...)

679 I: Fallen dir noch Sachen ein? Du kannst dir auch ruhig Zeit lassen zum Überle-
680 gen.

681 P4: Ähm (...) naja so ein bisschen Verantwortung vielleicht, weil du ja auch immer
682 auch aufs Pferd gucken musst, dass du auch mit dem Pferd zusammen reitest
683 und nicht nur du, ja (...)

684 I: Ok, prima. Dann würde ich sagen, machen wir einfach mal mit der nächsten
685 Frage weiter. Ähm als du jetzt vor zwei Monaten zum Reiten angefangen hast,
686 hattest du da irgendwelche Ängste oder Wünsche?

687 P4: Ähm ja also Ängste irgendwie schon, weil ich hab schon davor viel auf Y-
688 outube angeguckt von (...) von ähm Reitern, da sind auch teilweise echt welche
689 runtergefallen und da hatte ich echt Schiss jetzt am Anfang, dass ich irgendwie
690 runterfalle und Wünsche hatte ich halt irgendwie, dass weiß nicht (.), dass mich
691 das ein bisschen sportlicher macht, und ähm (.)

692 I: Ok, also so der gesundheitliche Aspekt dann.

693 P4: Keine Ahnung und vielleicht auch bisschen, dass ich bisschen Selbstver-
694 trauen dadurch gewinn, weil mir gesagt wurde, dass Reiten da halt sehr unter-
695 stützend sein soll.

696 I: Mhm und hast du dir jetzt dadurch, dass du zum Reiten angefangen hast noch
697 was (...) ne stopp nochmal, also hast du dir irgendwas bestimmtes erhofft,
698 dadurch, dass du zum Reiten angefangen hast? Jetzt außer reiten zu lernen?

699 P4: Hm ja, wie gesagt, so mit den Pferden arbeiten, weil das hat mich schon
700 irgendwie immer interessiert. Dass man da vielleicht so eine Verbindung aufbaut
701 (...) ähm (...) jetzt habe ich die Frage vergessen, wie wars nochmal?

702 I: Ob du dir, dadurch, dass du zum Reiten angefangen hast, irgendwas bestimm-
703 tes erhofft hast?

704 P4: Ähm, muss ich auch überlegen...

705 I: Ja wir haben genug Zeit.

706 P4: Ja, also Reiten machen ja überwiegend auch viele Mädels und da dachte ich
707 auch vielleicht lerne ich da ein paar kennen.

708 I: Okay, ja gut (...) das ist natürlich auch ein Grund. Ähm, ja dann, du reitest ja
709 jetzt auch schon zwei Monate, hattest du da schon ein sehr schönes Erlebnis mit
710 einem Pferd, oder kannst du dich an eine spezifische Situation erinnern, was so
711 dein schönstes Erlebnis war?

712 P4: Hm, ich glaube, da habe ich sogar zwei. Weil einmal waren wir ausreiten und
713 des ist irgendwie schon cool gewesen, Longen sind geil, aber das Ausreiten war
714 irgendwie so ein...ja so geiles Gefühl, dass man mal ne längere Strecke auf dem
715 Pferd sitzt und das zweite war, bei den Pferden, als wir denen Obst gegeben
716 haben, da merkst du richtig, dass es denen Spaß macht und irgendwie macht es
717 mir dann auch Spaß.

718 I: Mhm, weils ihnen halt dann so gut schmeckt und sie das gerne fressen?

719 P4: Ja, ja genau.

720 I: Ok, ja, ähm (...) und haben dich diese Erlebnisse irgendwie verändert würdest
721 du sagen?

722 P4: Also bisschen find ich schon würd ich sagen, weil am Anfang hatte ich immer
723 so ein bisschen Schiss vor den Pferden, weil sie halt schon sehr muskulös sind
724 und ja so das Vertrauen nicht so hat, aber ähm ich finde so vertrauensmäßig
725 kann ich...bin ich da schon weiter vorne, weil ich jetzt sage, ich weiß, wie die
726 Pferde reagieren.

727 I: Mhm, ich habe jetzt grade die Situation vom Füttern im Kopf, da hat man ja
728 bestimmt auch Angst vom Pferd mit gebissen zu werden?

729 P4: Ja das waren die ersten...die ersten Äpfel waren blöd zu geben, aber wenn
730 man so ein bisschen sich dran gewöhnt, ja finde ich, geht das.

731 I: Mhm, okay. Ähm, gut, dann schauen wir uns jetzt einfach mal deine Persön-
732 lichkeit an. Wie würdest du dich denn selber beschreiben? So deine Fähigkeiten,
733 Stärken und Schwächen, auch gerne generell so dein Charakter, wie würdest du
734 dich denn selber beschreiben?

735 P4: Hm, also prinzipiell immer ein bisschen schüchtern erst, und ja, ich brauch
736 halt immer länger um so auf Leute zuzugehen und ja aber irgendwie, ja doch (...)

- 737 I: Mhm, fällt dir noch irgendetwas anderes ein? Wie du dich beschreiben wür-
738 dest? Ähm (...)
- 739 P4: Naja sportlich, auf jeden Fall. Hm, und ich begeister mich halt schnell für
740 Sachen.
- 741 I: Also bist du sehr aufgeschlossen?
- 742 P4: Ja, weil beim Reiten, das habe ich mir schon länger überlegt und ähm jetzt
743 wo ich's mach, war gut.
- 744 I: Ne gute Entscheidung.
- 745 P4: Ja.
- 746 I: Okay gut. Ähm, so jetzt haben wir ja schon gesagt, wie du selber aussiehst und
747 jetzt die Frage, wenn du dir deine Persönlichkeit aussuchen könntest, wie du sein
748 willst, wie würdest du denn sein wollen?
- 749 P4: Boah ähm, vielleicht so ein bisschen aufgeschlossener, offener...
- 750 I: Gegenüber anderen meinst du jetzt?
- 751 P4: Ja, gegenüber anderen eventuell, ja.
- 752 I: Okay und fällt dir noch was ein, wie du gerne sein wollen würdest ?
- 753 P4: Ähm ja vielleicht, dass man öfter mal nein sagt oder so (...)
- 754 I: Fällt dir das schwer?
- 755 P4: Ja, das wird mir auch immer vorgeworfen, dass ich das nicht so kann. Ähm
756 und irgendwie vielleicht noch ein bisschen geduldiger, das man da ein bisschen
757 mehr abwartet.
- 758 I: Also bist du eigentlich eher ungeduldig oder wie?
- 759 P4: Hm ja, meistens schon irgendwie.
- 760 I: Okay ähm und glaubst du, dass dir der Umgang mit den Pferden und auch das
761 Reiten dabei helfen könnte so zu werden, wie du sein willst?

762 P4: Also ich habe jetzt ja noch nicht so viel Reiterfahrung, aber ich glaube, dass
763 wenn man länger mit Pferden arbeitet, dass das schon irgendwie einen so...ja
764 so ein bisschen was zurück gibt dann (.), dass man dann geduldiger wird, weil
765 man ja auch immer reagieren muss auf die Pferde und warten muss und ich (...)
766 ich glaub schon, ja.

767 I: Okay, mhm. Ähm...haben andere Menschen denn schon mal geäußert, dass
768 dir das Reiten in irgendeiner Weise gut tut oder meinet wegen auch...gut dich
769 vielleicht schon verändert hat?

770 P4: Ähm ja also meine Oma, die reitet selber oder ist früher geritten und die
771 meinte schon, dass das sie merkt, dass das irgendwie mir gut tut zumindest.

772 I: Okay mhm, ähm (...) muss nur kurz schauen. Ah jetzt geb ich dir einfach mal
773 ein Zitat, Reiten stärkt das Selbstbewusstsein, was sagst du zu diesem Zitat?

774 P4: Hm, also ich glaube schon, weil man ja doch viel Verantwortung übernimmt
775 und ich glaub irgendwie, dass das dann so halt mit reinspielt, dass man sich um
776 die Pferde kümmert und so weiter und, dass das man daraus schon irgendwie
777 was lernt.

778 I: Mhm.

779 P4: Also für das Leben irgendwie.

780 I: Okay, ja, dann die nächste Frage. Ähm, welche Gefühle weckt denn der Reit-
781 sport bei dir? Und kannst du dann dieses Gefühl mir irgendwas anderes verglei-
782 chen?

783 P4: Ja das ist so, wie (...) wie so ein keine Ahnung (...) wenn man Reiten ist,
784 dann ist das so ein Freiheitsgefühl. Da denke ich immer an Titanic. So (...) so ein
785 Freiheitsgefühl eher (...) keine Ahnung, ich bin schon mal Fallschirm geflogen
786 und das ist auch irgendwie so vergleichbar.

787 I: Okay, ja nicht schlecht. Ähm (...)

788 P4: Ist vielleicht ein blödes Beispiel, aber als es damals so war, dass es halt...

789 I: Ähm sollen wir dann (...) fällt dir noch was ein, oder soll ich dann die nächste
790 Frage stellen?

791 P4: Hm also spontan jetzt eigentlich nicht, ne.

792 I: Mhm, dann ganz allgemein, jetzt nicht unbedingt auf die bezogen, aber was
793 glaubst du denn, welche positiven oder meiner wegen auch negativen Eigen-
794 schaften, das Reiten deiner Meinung nach bei einem Menschen weckt.

795 P4: Also bei negativ fällt mir jetzt nichts ein, so auf die Schnelle. Hm was war
796 das? Positive Eigenschaften?

797 I: Ja, oder auch Persönlichkeitsmerkmale (...) was dir einfällt.

798 P4: Ja, das was wir davor schon gesagt haben, also Geduld auf jeden Fall,
799 Selbstvertrauen vielleicht. Ähm mal überlegen noch (...)

800 I: Du darfst es auch immer gerne begründen, warum du denkst, dass es so ist.

801 P4: Naja also Geduld, weil man ja wirklich auch reagieren muss aufs Pferd und
802 abwarten muss, wie es reagiert vielleicht. Ähm und allgemein, ja auch wenn man
803 jetzt den Reitsport selber so anschaut, dann ist es ja auch nicht, was man von
804 jetzt auf gleich lernt, weil es doch schwieriger ist, als es aussieht. Deswegen
805 (...) da muss man auch Geduld haben. Hm und Selbstvertrauen, weil man ja
806 doch immer mehr interagiert mit Pferden und auch den Reitern und Reitlehrerin-
807 nen und ja, ich glaube schon, dass man da was lernt.

808 I: Mhm okay ähm, musstest du beim Reiten schon viel Verantwortung überneh-
809 men und wie sah das aus, oder (...) genau?

810 P4: Ja, also Verantwortung eigentlich schon, weil am Anfang wurde mir gezeigt,
811 wie man das Pferd richtig putzt und mittlerweile mache ich das selber schon. Äh
812 und da wird zwar schon ab und zu geguckt, ob ich es richtig mache, aber eigent-
813 lich übernehme ich das schon selber und habe die Verantwortung, dass das
814 Pferd sauber ist, dass der Sattel richtig sitzt. Ähm und dann immer auch natürlich
815 wenn man das Pferd führt, darauf achtet, wo es geht...deswegen glaube ich
816 schon, ja.

817 I: Okay, dann schauen wir uns die nächste Frage an. Denkst du, dass dir der
818 Kontakt zu Pferden hilft einen offeneren Kontakt zu anderen Menschen aufzu-
819 bauen und auch zu bekommen?

820 P4: Äh, ich glaub schon, weil (...)

821 I: Mhm, und kannst du das auch, tschuldigung, kannst du das auch irgendwie
822 begründen (...)

823 P4: Hm, ja wie gesagt, durch diese (...) das (...) den offenen Umgang mit so
824 Pferden und auch durch die anderen Personen, die immer anwesend sind. Da
825 fällt's irgendwie leichter, dass man so zugeht auf die Leute und dann spricht.

826 I: Du hast vorhin ja, also, wenn ich das so fragen darf, du hast ja vorhin gesagt,
827 dass ja auch sehr viele Mädchen reiten, und dass das ja auch so ein Grund war,
828 warum du angefangen hast. Könntest du dir vorstellen (...)

829 P4: Also ein Grund war es jetzt nicht, aber (...) es ist (...)

830 I: Ein Vorteil (...)

831 P4: Ja (...)

832 I: Aber glaubst du, dass dir das vielleicht auch hilft, dann (...)?

833 P4: Also bis jetzt noch nicht, aber vielleicht kommt das ja noch.

834 I: Na gut, ok. Dann schauen wir uns einfach mal die nächste Frage an, was haben
835 dir denn die Pferde allgemein und das Reiten bisher beigebracht?

836 P4: Hm, ähm auch ne gute Frage (...) vielleicht ein bisschen Genügsamkeit.

837 I: Ok.

838 P4: Weil man (...) man bei Tieren und auch Pferden jetzt halt sieht, dass man,
839 dass die halt glücklich sind mit (...) mit ganz wenig, ähm und vielleicht irgendwie
840 vertrauen, dass man anderen Leuten vielleicht auch vertraut oder so. Find ich,
841 dass das mittlerweile eher geht bei mir, weil irgendwie durch die Arbeit mit den
842 Pferden, doch irgendwie das so (...) das vermittelt.

843 I: Hm, ok, fällt dir noch was ein, weil wenn nicht, dann machen wir einfach mit der
844 nächsten Frage weiter.

845 P4: Hm, also jetzt nicht spontan.

846 I: Ok, ähm ich frage jetzt einfach mal ein paar Sachen ab, weil ich habe mir na-
847 türlich selber auch überlegt, was das Reiten eventuell fördern kann und jetzt will
848 ich einfach mal deine Meinung dazu hören. Ähm, kannst du dir Vorstellen, dass
849 das Reiten das Selbstvertrauen des Reiters fördert?

850 P4: Hm, ich versteh die Frage nicht so ganz, wie genau meinst du das?

851 I: Also mit Selbstvertrauen mein ich jetzt, hm, so das Vertrauen in die eigenen
852 Fähigkeiten, sodass du weißt, das kann ich und das schaff ich und so.

853 P4: Ja dann irgendwie schon ein bisschen, weil am Anfang dachte ich `oh Gott,
854 ob ich da überhaupt gscheid drauf sitzen kann und lenken kann` und äh...so so
855 komplett alleine putzen, weil das habe ich in der zweiten Stunde schon gemacht
856 und ähm (...) und da dachte ich echt am Anfang, ob ich das schaffe und jetzt
857 nach zwei Monaten kann ich zwar immer noch nicht alles, aber äh, ich fühle mich
858 irgendwie ein bisschen besser und traue mir zu manches schon zu machen.

859 I: Mhm, okay, dann haben wir grade vorhin auch schon von der Geduld gespro-
860 chen, kannst du dir vorstellen das eben auch die Geduld des Reiters durch den
861 Reitsport gefördert werden kann?

862 P4: Also das glaube ich auf jeden Fall, weil ich privat jetzt nicht so geduldig bin,
863 aber wenn ich...wenn ich bei den Pferden bin und mit denen reite und putz und
864 so, dann ist mir das egal, wenn's auch länger dauert.

865 I: Mhm.

866 P4: Außerdem, wenn man in hektischer Umgebung von Pferden ist, reagieren
867 die ja auch darauf, das habe ich auch schon gesehen, deswegen (...) ne glaube
868 ich, wenn ich da geduldig bin, vielleicht, dass das auf die (...) aus private Leben
869 auch Einfluss hat, ja.

870 I: Mhm, ok ähm, dann kannst du dir vorstellen, dass das Reiten auch das Verant-
871 wortungsbewusstsein des Reiters fördert?

872 P4: Ähm ja auch, weil man ja Verantwortung ja für die Pferde übernimmt und für
873 sich und für andere Reiter teilweise, wenn man zusammen ne Gruppenstunde
874 hat, weil man ja selber auch Einwirkung hat, wie das Pferd läuft. Also bei Saga
875 und Andi, die mögen sich ja nicht unbedingt ganz, und da muss man auch immer
876 gucken, dass die beim Reiten nicht direkt umeinander laufen.

877 I: Okay, mhm, dann kannst du dir vorstellen, dass das Reiten die sozialen Kom-
878 petenzen des Reiters fördert?

879 P4: Äh was genau meinst du mit (...) dem?

880 I: Soziale Kompetenzen, wie Empathiefähigkeit, kann ich mich in andere besser
881 hineinversetzen, oder auch bin ich kontaktfreudiger bei anderen Menschen, kann
882 ich offener auf andere Menschen zugehen?

883 P4: Also das mit offener schon, und; dass man auf andere Leute vielleicht besser
884 zugeht, glaub ich, ist bei mir auch schon besser.

885 I: Musst es jetzt nicht auf dich beziehen, du kannst es auch allgemein sagen. Und
886 wieso glaubst du das oder wieso bist du davon überzeugt?

887 P4: Ja von dem, was wir schon gesagt haben, dass man ja Geduld lernt, Ver-
888 trauen bisschen, Selbstvertrauen auch, dass das dann schon den Charakter ir-
889 gendwie stärkt.

890 I: Mhm, dann kommen wir jetzt schon zum Letzten. Kannst du dir vorstellen, dass
891 das Reiten das Durchsetzungsvermögen des Reiters fördert?

892 P4: Ähm ich glaube schon, weil ich bin jetzt öfters auch schon äh Saga¹³ geritten,
893 und die (...) die Pferde machen ja nicht immer hundertprozentig das, was man
894 will. Äh und da muss man sich ja schon durchsetzen, weil man ja selber der Reiter
895 ist und dann vorgibt, wie (...) wie man reitet, wo lang, wie schnell teilweise.

896 I: Mhm.

897 P4: Deswegen, ja ich glaube schon.

¹³ Eine Stute, mit dem Namen Saga

898 I: Okay gut, dann wars das so weit mit unserem Interview, dann sage ich danke
899 und gibt's sonst noch irgendwas was dir spontan einfällt, was du sagen willst über
900 den Reitsport, oder was er dir bringt, oder (...)?

901 P4: Ja ich finde, dass jeder das mal probiert haben sollte. Viele denken ja immer,
902 das ist es ein reiner Mädchensport, finde ich aber gar nicht, ich bin auch nicht der
903 einzige Junge, ähm und ich finde, dass es schon bisschen Spaß macht und ir-
904 gendwie schon fürs Leben was bringt.

905 I: Ok, na gut, dann vielen Dank für das Interview.

906 P4: Bitte.

907

908 **I5-03-07-19**

909 I: So, dann fangen wir erst mal mit ein paar Einstiegsfragen an. Ähm, wie alt bist
910 du denn?

911 P5: Ich bin fünfzehn Jahre alt.

912 I: Mhm, männlich, weiblich lasse ich weg. Das kann ich so hinschreiben. Ähm wie
913 lange reitest du schon?

914 P5: Also ich reite seit dieses Jahr erst und zwar seit Anfang Mai.

915 I: Mhm und wie oft reitest du in der Woche? Auch gern so stundenmäßig?

916 P5: Ähm ich reite einmal die Woche und zwar immer eine halbe Stunde Longe.

917 I: Mhm.

918 P5: Genau und davor muss man ja erst immer die Pferde vorbereiten und dann
919 auch immer so nachbereiten. Also insgesamt eine Stunde die Woche, ja.

920 I: Mhm ok. Und ähm an was (...) wenn du jetzt so an den Reitsport denkst, an
921 was denkst du da?

922 P5: Hm, ähm also (...) wenn ich jetzt so spontan denke, dann natürlich an Pferde
923 und an Sport...

924 I: Mhm.

925 P5: Und aber auch so (...) so (...) so tuniermäßig, so wie man so das im immer
926 Fernsehen sieht, so bisschen wettbewerbsartig (...)

927 I: Mhm, okay.

928 P5: Aber ansonsten, ja und halt auch an Spaß, wenn man reitet.

929 I: Mhm, ja.

930 P5: Dass das Spaß macht.

931 I: Okay, prima. Dann ähm die nächste Frage. Als du zum Reiten angefangen
932 hast, hattest du da irgendwelche Ängste oder Wünsche?

933 P5: Also am Anfang hatte ich schon bisschen Angst, dass ich halt vielleicht nicht
934 sehr gut darin bin, oder dass ich irgendwie Probleme habe mit den Pferden (...)
935 ähm und ich hab mir halt schon gewünscht gehabt, dass ich halt schon gut mit
936 diesen Pferden zurechtkomme, also; dass da halt nichts ist, weil ich hab halt auch
937 schon öfters gehört gehabt, dass die Pferde ja mal austreten können und so wenn
938 man halt nicht aufpasst, und da hatte ich schon am Anfang auch viel Angst, dass
939 da halt was passiert, oder dass ich runterfall. Also ich wollt (...) also da hab ich
940 mir schon gewünscht, dass da nichts passiert, wenn ich dann reite.

941 I: Ja, das glaube ich. Okay und ähm, hast du dir noch irgendetwas bestimmtes
942 erhofft, dadurch; dass du jetzt zum Reiten angefangen hast, außer jetzt Reiten
943 zu lernen?

944 P5: Hm, ich habe mir glaub ich schon gewünscht gehabt, dass ich vielleicht auch
945 bisschen mehr aus mir herauskomme, also dass ich bisschen mutiger werde,
946 wenn ich das Reiten anfangen.

947 I: Mhm.

948 P5: Ja.

949 I: Ähm, dann...du reitest zwar jetzt noch nicht so lange, aber hattest du schon
950 irgendein ganz schönes Erlebnis mit einem Pferd?

951 P5: Ja hatte ich sogar, erst vor kurzem, da durfte ich alleine im Schritt reiten mit
952 der Saga und das fand ich schon sehr toll, weil das war halt das erste Mal, dass
953 ich halt wirklich mal alleine auf einem Pferd gesessen bin und das hat mir schon
954 sehr gut gefallen, ja (...)

955 I: Okay und hat dich dieses schöne Erlebnis irgendwie verändert, würdest du
956 sagen?

957 P5: Ich glaube schon, weil am Anfang hatte ich schon irgendwie Angst, dass des
958 halt irgendwie schief geht. Also ich war noch nie alleine auf einem Pferd in mei-
959 nem Leben und da muss ich schon sagen, war das schon so ein bestärkendes

960 Gefühl, dass ich halt das geschafft habe und das ich das halt doch kann, genau
961 (...)

962 I: Ja, das ist doch schön. Ähm gut, dann machen wir mit der nächsten Frage
963 weiter. Ähm wie siehst du dich denn selber als Person? Also wie würdest du dich
964 selber beschreiben bezüglich deiner Eigenschaften, deines Charakters auch
965 gerne Fähigkeiten oder Stärken und Schwächen.

966 P5: Hm, also so zu meiner Person (...) hm (...) ist eine schwierige Frage (...)

967 I: Darfst auch gern überleben (...) äh überlegen.

968 P5: Hm, ich würde mich schon eher so als bisschen schüchtern bezeichnen, also
969 zum Beispiel in der Schule, ich mag es nicht so mich zu melden und auch Refe-
970 rate (...) das liegt mir jetzt nicht so, das mache ich auch wirklich ungern. Also ich
971 bin schon gerne unter Menschen, aber ich mag es halt nicht so im Mittelpunkt zu
972 stehen, also ich bin halt mehr so im Hintergrund, also ich glaub das ist so meine
973 größte Schwäche, so diese Schüchternheit. Aber ich würd schon sagen, dass ich
974 sehr empathiefähig bin, also mir ist es halt auch immer sehr wichtig, was halt
975 andere Menschen über mich denken und dass ich halt auch immer für meine
976 Freunde da bin (...)

977 I: Mhm (...)

978 P5: Genau, und dann auch wegen der Schüchternheit, dass ich vielleicht auch
979 nicht so viel Selbstbewusstsein habe (...) ja

980 I: Hm, fällt dir sonst noch was ein oder machen wir mit der nächsten Frage weiter?

981 P5: Ich glaub, ich glaub, dass mir nichts mehr einfällt. Also so spontan glaub ich
982 jetzt weniger.

983 I: Ok, ja ist kein Problem, dann machen wir weiter. Ähm Moment jetzt muss ich
984 kurz schauen auf dem Zettel (...) so ähm, wenn du dir deine Persönlichkeit aus-
985 suchen kannst, ganz grundsätzlich, wie du sein willst, wie würdest du denn sein
986 wollen?

987 P5: Ich würde gerne offener sein, also wirklich so schauen, dass ich meine
988 Schüchternheit so bisschen ablegen kann, weil ich mich schon bisschen schwer

989 tu auch auf fremde Menschen zuzugehen, und sonst ja (...) ich glaub halt auch
990 bisschen so kontaktfreudiger, dass ich da nicht so viel Angst hab (...) genau.

991 I: Mhm, genau, und glaubst du, dass dir der Umgang mit den Pferden und auch
992 das Reiten dabei helfen kann, so zu werden, wie du gerne sein möchtest?

993 P5: Doch ich glaub schon, dass es mir hilft, weil du musst dich ja aufs das Pferd
994 einlassen, wenn (...) und das hat mir meine Reitlehrerin immer gesagt, du
995 strahlst es halt auch ziemlich auf die Pferde aus, wenn du unsicher bist oder wenn
996 du Zweifel hast oder allgemein, wenn du dich nicht wohl fühlst, das überträgt sich
997 immer auf die Pferde und deswegen versuche ich schon zu schauen, dass wenn
998 ich zu meine Reitstunden geh, dass ich das halt nicht so offen zeige. Also ich
999 versuche dann schon bisschen mutiger zu sein und mich auf die Pferde einzu-
1000 lassen.

1001 I: Mhm das ist gut, dann (...) haben andere Menschen schon mal geäußert, dass
1002 dir das Reiten in irgendeiner Weise gut tut oder dich verändert hat?

1003 P5: Also so direkt gesagt, bis jetzt nicht (...) aber meine Muma meint schon im-
1004 mer wieder, dass sie das Gefühl hat, dass es mir sehr viel Spaß macht, wie bis
1005 jetzt habe ich auch immer meine Reitstunden eingehalten, also jetzt war das Wet-
1006 ter so heiß, deswegen wurden jetzt viele Stunden abgesagt. Aber sonst bin ich
1007 auch immer freiwillig hingegangen, also das habe ich eigentlich auch sehr selten,
1008 dass ich sag ich will jetzt freiwillig was machen. Genau und ansonsten hm (...) ja
1009 höchstens meine Oma noch, die sagt, dass sie das Gefühl hat, dass ich aufge-
1010 weckter bin, wenn ich zu meinen Reitstunden geh, anscheinend freu ich mich da
1011 voll.

1012 I: Mhm ja, aber so ging es mir auch immer. Ähm dann gut, die nächste Frage, ich
1013 geb dir jetzt einfach mal so ein Zitat, und zwar Reiten stärkt das Selbstbewusst-
1014 sein. Was sagst du zu diesem Zitat?

1015 P5: Jetzt auf mich bezogen oder allgemein?

1016 I: Nö, so ganz allgemein.

1017 P5: Ich glaub schon, also ich glaub schon, weil wie schon gesagt, man strahlt ja
1018 seine Gefühle und sein Charakter ja auf die Pferde aus und das spüren ja auch

1019 die Pferde und ich glaube, wenn du selbst bewusstseind bist, dann (...) dann
1020 spürt ja auch das das Pferd und dann glaube ich, macht es eher das, was du
1021 möchtest, als wenn du da total verunsichert vor dem Pferd steht und der das
1022 riecht und dann halt einfach das macht, worauf es Lust hat, das hab ich schon
1023 gemerkt. Also ich würde schon sagen, dass es das Selbstbewusstsein stärkt.

1024 I: Mhm, dann ähm, welche Gefühle weckt denn der Reitsport bei dir und kannst
1025 du dieses Gefühl mir irgendwas anderen vergleichen ?

1026 P5: Das ist jetzt (...) irgendwie eine schwierige Frage (...) also ich hab da jetzt
1027 noch nie so wirklich darauf geachtet, muss ich sagen. Also es weckt halt auf jeden
1028 Fall schon positive Gefühle in mir au (...) aus?

1029 I: Ja, doch.

1030 P5: Und ich finde es halt irgendwie sehr befreiend, wenn ich auf dem Pferd sitze
1031 und da im Freien bin, da würde ich es vielleicht so als Gefühl von Fliegen (...)
1032 irgendwie so, weil du spürst ja die ganze Luft um dich herum und die Natur. Ja
1033 so würde ich das jetzt eher beschreiben (...) aber so konkret (...) weiß ich da jetzt
1034 auch nichts.

1035 I: Ne, das passt vollkommen. Ok, dann die nächste Frage, ähm welche positiven
1036 oder meinet wegen auch negativen Eigenschaften, glaubst du, dass das Reiten
1037 bei einem Menschen wecken kann?

1038 P5: Also (...)

1039 I: Jetzt nicht unbedingt auf dich bezogen, sondern ganz allgemein.

1040 P5: Also ich glaub negative Eigenschaften jetzt weniger (...) also ich würde schon
1041 sagen, dass man mehr positive Eigenschaften halt dadurch gewinnen kann. Ich
1042 glaub das haben wir vorhin gesagt, ich glaub so das Selbstbewusstsein, oder halt
1043 (...) keine Ahnung, mehr Offenheit gegenüber andern. Genau, vielleicht auch so
1044 das Verantwortungsbewusstsein, weil du kümmerst dich ja um die Pferde, weil
1045 wenn es dem Pferd nicht gut geht, dann kannst du ja auch nicht reiten, also ich
1046 glaub schon, dadurch dass man ja auch eine Verbindung zu diesen Pferd auf-
1047 baut, glaub ich schon, dass man sehr viel durch Pferde lernen kann, wie zum
1048 Beispiel Selbstbewusstsein, ja (...)

1049 I: Okay super. Dann ähm, musstest du beim Reiten schon viel Verantwortung
1050 übernehmen?

1051 P5: Also so die ersten Stunden jetzt weniger, aber so im Nachhinein also (...)
1052 muss ich ja schon irgendwie vorher (...) also muss ich halt zum Beispiel die Hufe
1053 auskratzen oder halt so die Sattelfläche, da wird halt schon drauf geschaut, dass
1054 die sauber ist, weil wenn die nicht sauber ist, ist es ja nicht gut fürs Pferd, also
1055 würde ich schon sagen, dass ich Verantwortung übernehmen muss, ja (...)

1056 I: Mhm, ok, dann die nächste Frage. Denkst du, dass dir der Kontakt zu Pferden
1057 hilft auch einen offeneren Kontakt zu anderen Menschen aufzubauen und auch
1058 zu bekommen?

1059 P5: Hm (...) ich glaube schon.

1060 I: Mhm (...)

1061 P5: Also ich merke das schon auch, dass zum Beispiel im Reitstall sind ja auch
1062 immer mehrere Menschen, und da finde ich schon, dass man leichter ins Ge-
1063 spräch kommt, weil dann redet man über die Pferde oder halt allgemein so, was
1064 halt so passiert ist oder was es halt so neues gibt an den Pferden. Also da muss
1065 ich schon sagen, dass (...) das schon hilft mit anderen Menschen in Kontakt zu
1066 kommen. Ich glaub da ist die Hemmschwelle nicht so groß mit fremden Men-
1067 schen zu reden, also so empfinde das ich zumindest, genau (...)

1068 I: Ja.

1069 P5: Hm aber mehr weiß ich da auch leider nicht, was ich sagen soll.

1070 I: Nein, das passt. Das passt vollkommen.

1071 P5: Okay.

1072 I: Ähm, dann nochmal so eine zusammenfassende Frage eigentlich, was haben
1073 dir denn die Pferde und das Reiten bisher so beigebracht?

1074 P5: Also was ich halt vor allem spüre, ist, dass was du den Pferd gibst, das kommt
1075 auch wieder zurück, also ich muss schon sagen, dass ich die Pferde, die ich bis
1076 jetzt hatte oder vor allem zu der Saga, die reite ich immer am liebsten, da muss

1077 ich schon sagen, dass auch immer sehr viel zurück kommt. Also ich würde schon
1078 sagen, dass die Pferde spüren, wie es dir geht. Also manchmal, wenn ich so
1079 bisschen gestresst bin wegen der Schule, da habe ich schon das Gefühl, dass
1080 das die Saga spürt. Und das ist auch irgendwie ein schönes Gefühl zu wissen,
1081 dass auch die Tiere das merken, wenn es den Menschen nicht sehr gut geht.
1082 Und ansonsten, ja (...) das glaube ich (...) habe ich jetzt auch schon gesagt, dass
1083 ich halt mehr das Gefühl habe aus mir herauszukommen. Also da merke ich auch
1084 manchmal schon, dass ich mich da schon bisschen leichter tu als vorher. Ähm,
1085 weil ich halt auch in gewissen Situationen auch schon mutiger geworden bin, also
1086 ich geh jetzt auch viel selbstbewusster auf die Saga zum Beispiel zu, also früher
1087 hätte ich da schon bisschen mehr Angst gehabt.

1088 I: Okay.

1089 P5: Ja.

1090 I: Dann ähm, ich habe mir selber auch so ein paar Sachen überlegt, die der Reit-
1091 sport eventuell fördern kann. Ähm und jetzt würde ich dazu einfach mal gerne
1092 deine Meinung hören. Ähm ich frage einfach mal so ein paar Sachen ab. Kannst
1093 du dir vorstellen, dass das Reiten das Selbstvertrauen des Reiters fördert?

1094 P5: Ich glaube schon, also (...) doch schon, weil wie gesagt, du musst dich ja
1095 irgendwie schon durchsetzen können, und dazu braucht man ja auch Selbstver-
1096 trauen. Weil wenn du das nicht machen kannst, kann das Pferd ja alles machen,
1097 was es will.

1098 I: Ja (...)

1099 P5: Ja.

1100 I: Dann ähm, kannst du dir vorstellen, dass das Reiten die Geduld des Reiters
1101 fördert?

1102 P5: Hm, das auf jeden Fall, weil vor allem am Anfang, da war es bei mir zumindest
1103 so, dass das Pferd halt dann nicht immer das gemacht hat, was ich halt eigentlich
1104 wollte und das hat mich dann auch teilweise frustriert und teilweise war ich halt
1105 dann schon ungeduldig, weil ich dachte `komm mach halt jetzt endlich bitte`. Also

1106 das muss ich schon sagen, dass man da sehr viel Geduld lernen kann durch
1107 reiten.

1108 I: Okay prima, ähm kannst du dir vorstellen, dass das Reiten das Verantwortungs-
1109 bewusstsein des Reiters fördert?

1110 P5: Ja, das auf jeden Fall, weil du übernimmst ja Verantwortung für das Pferd,
1111 weil du (...) du reitest ja das Pferd und ich finde schon, dass man wenigstens ein
1112 bisschen auf das Pferd schauen muss, dass es dem Pferd gut geht. Also würde
1113 ich das schon so sagen, weil das ist ja auch ein Lebewesen, das kann man ja
1114 (...) du kannst es ja nicht behandeln, wie so ein Ding.

1115 I: Ja.

1116 P5: Ja, doch schon.

1117 I: Mhm, dann ähm, wie sieht's denn aus mit den sozialen Kompetenzen. Glaubst
1118 du, dass das Reiten die auch irgendwie fördern kann?

1119 P5: Soziale Kompetenzen (...)

1120 I: Also (...)

1121 P5: So (...)

1122 I: So, dass du offen auf Menschen zugehst, und empathiefähig bist und kontakt-
1123 freudig sein (...)

1124 P5: Doch schon, ja das schon. Also, wie schon gesagt, also ich habe schon das
1125 Gefühl, dass ich schon bisschen mehr auf andere Menschen zugehen kann. Und
1126 ich glaube auch schon, dass man sehr viel Empathiefähigkeit entwickelt, weil du
1127 musst dich ja auch irgendwie auf das Pferd einlassen. Und dadurch, dass du eine
1128 Verbindung aufbaust, ist, glaube ich immer so das soziale dabei, ja.

1129 I: Okay, dann kannst du dir vorstellen, dass Reiten das Durchsetzungsvermögen
1130 des Reiters fördert?

1131 P5: Ja schon, auf jeden Fall, weil wie schon gesagt, wenn du dich nicht durchsetzen
1132 kann, macht das Pferd das was es halt will und es soll ja eigentlich schon das

1133 tun, was du eigentlich sagst. Also da musst du ja schon dem Pferd sagen, okay,
1134 ne (...) ich habe jetzt das Sagen und nicht du, weil ich glaube die Pferde nutzen
1135 das schon aus, wenn der Reiter da so ein bisschen schwächelt, oder grade selber
1136 nicht weiß, was jetzt zu tun ist. Die nutzen das voll aus, also das erlebe ich schon
1137 immer wieder mal, wenn ich mal kurz zöger, weil ich nicht weiß, was ich jetzt am
1138 besten machen soll, dann nutzt das das Pferd schon aus. Ja doch (...)

1139 I: Okay, so dann sind wir so weit eigentlich fertig mit dem Interview, dann schon
1140 mal danke. Ähm (...)

1141 P5: Ja gerne.

1142 I: Gibt's sonst noch irgendwas, was du sagen möchtest, oder (...)

1143 P5: Ne ich glaub nicht so (...)

1144 I: Ok prima.

1145

1146 **I6-05-07-19:**

1147 I: So also ich starte jetzt erstmal mit ein paar Einstiegsfragen. Ähm, wie alt bist
1148 du denn?

1149 P6: Ich bin sechzehn Jahre alt.

1150 I: Ok, männlich, weiblich, lass ich weg, das weiß ich auch so. Seit wie lange rei-
1151 test du schon?

1152 P6: Ähm, ich reite jetzt seit drei Wochen.

1153 I: Mhm, und wie oft reitest du in der Woche? Auch gerne so stundenmäßig?

1154 P6: Also bis jetzt reite ich Am Anfang nur eine Stunde in der Woche.

1155 I: Mhm ok, ähm dann starten wir jetzt mal so mit den anderen Fragen. An was
1156 denkst du denn, wenn du an den Reitsport denkst?

1157 P6: Ja also für mich ist reiten in erster Linie ein Sport, ich habe jetzt in den ersten
1158 Stunden festgestellt, wie anstrengend des eigentlich ist.

1159 I: Mhm.

1160 P6: Ja und natürlich an die Pferde, die machens ja aus. Ähm das sind super
1161 Tiere, hm (...) an was denke ich noch (...)

1162 I: Darfst auch dir ruhig Zeit lassen, also (...) und wenn dir nichts mehr einfällt,
1163 dann (...)

1164 P6: Mehr fällt mir grade nicht ein.

1165 I: Ok, ja ist auch nicht schlimm. Ähm, als du zum Reiten angefangen hast, hattest
1166 du da irgendwelche Ängste oder Wünsche?

1167 P6: Hm, also Ängste vielleicht vorm Pferd, dass es mir mal weh tut, versehentlich.
1168 Mit den Hufen ausschlägt, oder schnappt, oder was auch immer. Und (...) ich
1169 hatte ein bisschen Angst, dass es vielleicht nicht sofort klappt mit dem Reiten,
1170 dass es nicht gut funktioniert. Aber das schaut bis jetzt ganz gut aus.

1171 I: Okay, und hattest du auch irgendwelche Wünsche? Oder eigentlich (...) also
1172 jetzt außer Reiten zu lernen?

1173 P6: Ähm, außer Reiten lernen nicht, nein.

1174 I: Okay, so dann die nächste Frage. Was war denn dein schönstes Erlebnis mit
1175 dem Pferd bisher? Gibt's da schon eins?

1176 P6: Ja, da gibt's tatsächlich schon eins. Ähm, mein schönstes Erlebnis bisher
1177 war, eigentlich als es zum ersten Mal geklappt hat das Pferd selber anzutraben
1178 und das war für mich schon ein riesengroßer Erfolg. Ja, das ging am Anfang nicht
1179 so leicht, das hat ein bisschen gedauert, aber das erste Mal war dann schon was
1180 besonderes.

1181 I: Okay prima und hat dich dieses Erlebnis irgendwie verändert, würdest du sagen
1182 oder nicht so?

1183 P6: Ja doch schon, an das denke ich öfter, also jedes Mal beim Reiten eigentlich,
1184 wenn ich antraben will und jetzt fühle ich mich auch stärker, weil ich es schon
1185 geschafft hab und des gibt mir auch das Gefühl, dass es immer wieder klappt.

1186 I: Mhm, ok, dann die nächste Frage. Wenn du dich jetzt selber mal so beschrei-
1187 ben müsstest, bezüglich deiner Persönlichkeit, auch Fähigkeiten oder Stärken
1188 und Schwächen, wie würdest du dich denn selber beschreiben?

1189 P6: Also ich bin nett und freundlich und auch sehr hilfsbereit (...)

1190 I: Mhm.

1191 P6: Und, und wie ging die Frage weiter?

1192 I: Also jetzt haben wir ja schon über deine Stärken geredet, hast du auch irgend-
1193 welche Schwächen?

1194 P6: Ach ja genau, ja Schwächen habe ich, oft in neuen Situationen, da bin ich oft
1195 zurückhaltend am Anfang, bis ich mich da eingewöhne.

1196 I: Okay, fällt dir sonst noch was ein, oder machen wir mit der nächsten Frage
1197 weiter?

- 1198 P6: Oh, sonst fällt mir grade nichts mehr ein.
- 1199 I: Okay, ähm genau, also wenn du dir deine Persönlichkeit aussuchen könntest,
1200 wie du sein willst, wie würdest du denn sein wollen?
- 1201 P6: Hm (...) ja also ich würde schon gern leichter oder auch öfter nein sagen
1202 können (...) ja (...)
- 1203 I: Ok, nur das? Oder fällt dir noch was anderes ein, wie du sein wollen würdest?
1204 (...) Oder eigentlich nur das (...)?
- 1205 P6: Ne, sonst passt's eigentlich.
- 1206 I: Okay, und glaubst du, dass dir der Umgang mit den Pferden und auch das
1207 Reiten dabei helfen kann, so zu werden? Also, dass du jetzt öfter nein sagen
1208 kannst?
- 1209 P6: Ja, das glaube ich auf jeden Fall, also das war auch so ein Grund, warum ich
1210 angefangen hab. Ähm weil es ja heißt, dass einen die Pferde dabei helfen und
1211 ich habe schon paar Situationen erlebt, wo man sich mit den Pferden mal durch-
1212 setzen muss, wenn es wichtig ist. Also zum Beispiel, wenn man ins Gras gezogen
1213 wird, wenn man eigentlich zum Reitplatz gehen will, da muss man dann das Pferd
1214 wegziehen und sich auch mal durchsetzen und nicht immer das Andere machen
1215 lassen.
- 1216 I: Okay gut, ähm, dann die nächste Frage. Haben andere Menschen schon mal
1217 geäußert, dass dir das Reiten in irgendeiner Weise gut tut oder dich verändert
1218 hat?
- 1219 P6: Ähm, ne also eigentlich noch nicht. Also ich habe ja auch erst angefangen
1220 zum Reiten (...)
- 1221 I: Ja, ist auch in Ordnung. Dann Reiten stärkt das Selbstbewusstsein, was sagst
1222 du zu diesen Zitat?
- 1223 P6: Ja also wie wirs grad schon bissl gesagt haben, das kann ich mir durchaus
1224 vorstellen. Ähm, dass einen sowohl das Pferd, als auch der Reiter Rückmeldung
1225 gibt und das auch dann einen in seiner Entscheidung immer bestärkt (...)

1226 I: Mhm okay, dann welche Gefühle weckt denn der Reitsport bei dir und kannst
1227 du dieses Gefühl mit irgendwas vergleichen?

1228 P6: Gefühle (...) also auf jeden Fall mit Freude, ich freue mich jede Woche riesig,
1229 wenn ich (...)wenn's endlich wieder so weit ist und die Reitstunde ist und ähm da
1230 fällt mir auch noch eine Erinnerung aus der Kindheit ein. Wir waren mal in Öster-
1231 reich im Urlaub und da bin ich auf einem Pony geführt worden und das war ein
1232 ganz ein tolles Gefühl, das hat sich frei angefühlt und das (...) hab ich nie ver-
1233 gessen.

1234 I: Okay, sehr schön, ähm, dann jetzt nicht unbedingt auf dich bezogen, aber was
1235 glaubst du denn, welche positiven oder auch meinet wegen negative Eigenschaf-
1236 ten das Reiten bei einem Menschen weckt?

1237 P6: Hm also ich würd sagen, positive Eigenschaften weckt's, dass man da grund-
1238 sätzlich offener wird, des ähm, finde ich merkt man gleich, wenn im Reitstall rein-
1239 kommt, dass da jeder ganz freundlich grüßt und ma redet auch mit jedem, egal
1240 ob man den kennt oder nicht, da (...) wie so eine Gruppe, die einfach zusammen
1241 gehört. Und ja da fällt's auch leichter, dass man jemanden anspricht und mal
1242 schnell um Hilfe fragt, und ja (...) da kommt man leichter zusammen (...)

1243 I: Mhm (...)

1244 P6: Ja und die älteren Reiterinnen beeindruckten mich ja immer, weil die reiten
1245 natürlich sehr gut und die können sich auch durchsetzen und auch wenn das
1246 Pferd ein bisschen wilder ist, die bekommen das in den Griff und das finde ich
1247 schon super, so möchte ich das auch mal können.

1248 I: Mhm okay und negative Eigenschaften, fällt dir da was ein, oder nicht?

1249 P6: Hm, ne, fällt mir nichts ein.

1250 I: Ok, dann inwieweit musstest du denn schon beim Reiten irgendwie Verantwor-
1251 tung übernehmen?

1252 P6: Ja, also Verantwortung muss man natürlich für das Pferd übernehmen, dass
1253 es dem gut geht. Ähm ich mein, dass man den nicht weh tut, wenn man es putzt.
1254 Ähm, man soll auch schauen, dass bevor man den Sattel drauf tut, dass dann

1255 drunter nichts reibt oder beim Hufe auskratzen, dass man das Pferd dann nicht
1256 verletzt und ja (...) also man auch Verantwortung für das Pferd, dass dem nichts
1257 passiert und damit man beim Reiten (...) dass ihm immer gut geht, das ist das
1258 wichtigste.

1259 I: Mhm okay ähm, dann die nächste Frage, denkst du, dass dir der Kontakt zu
1260 Pferden hilft einen offeneren Kontakt zu anderen Menschen aufzubauen und zu
1261 bekommen?

1262 P6: Ja, das habe ich ja grade schon mal erwähnt, ähm, das denke ich auf jeden
1263 Fall, dass da im Reitstall eine offene Atmosphäre herrscht und da hab ich jetzt,
1264 obwohl ich ja eher zurückhaltender bin, aber da habe ich jetzt auch keine Scheu,
1265 dass ich jetzt jemanden anspreche (...)

1266 I: Mm, ok, dann die nächste Frage, was haben dir denn die Pferde und das Reiten
1267 bisher alles beigebracht?

1268 P6: Ähm ja, also auf jeden Fall, dass ich mich immer sofort durchsetzen muss
1269 und das machen muss, was ich mir vornehme. Und ich überlege auch vorher
1270 beim Reiten, wann ich antraben will und an welchen Punkt (...) und wenn ich mir
1271 jetzt denke `ja vorne an der Tür, das ist der Punkt, da mache ichs` dann bleibe
1272 ich dabei und wenn das Pferd nicht mitmacht, dann (...) dann muss ich mich
1273 umso mehr durchsetzen und nicht rundenlang Schritt gehen bis ichs endlich
1274 schaffe.

1275 I: Mhm ok, dann ich habe mir selber auch so ein paar Sachen überlegt, die das
1276 Reiten eventuell fördern können und da frage ich so nacheinander mal ab. Ähm,
1277 kannst du dir vorstellen, dass das Reiten das Selbstvertrauen des Reiters för-
1278 dert? Musst jetzt auch nicht unbedingt auf dich beziehen, sondern ganz allge-
1279 mein.

1280 P6: Ja, also Selbstvertrauen auf jeden Fall, weil man da ja sofort immer vom
1281 Pferd Rückmeldung bekommt, ob man's richtig macht oder nicht und ich finde
1282 schon, das stört einen schon immens. Ähm (...) ja.

1283 I: Okay, ähm, kannst du dir vorstellen, dass das Reiten die Geduld des Reiters
1284 fördert?

1285 P6: Ja auch das kann ich mir vorstellen, ähm also (...) Reiten ist ja ein Sport, der
1286 sehr viel Zeit braucht und man ist nicht von heute auf morgen gleich ein guter
1287 Reiter, das merke ich ja jetzt auch, ähm (...) da muss man Geduld haben, bis
1288 eins nach den anderen klappt. Man muss sehr viel lernen und das dauert halt
1289 mal seine Zeit.

1290 I: Okay, dann kannst du dir (...)also das hatten wir eben schon ein bisschen (...)
1291 also kannst du dir vorstellen, dass Reiten das Verantwortungsbewusstsein des
1292 Reiters fördert?

1293 P6: Ja genau, also wie wir's grad schon gehabt haben, das Verantwortungsbewusstsein
1294 auch, weil man ja schauen muss und ähm und ja das definitiv ja.

1295 I: Mhm genau, ja begründet haben wir's ja eben schon. Kannst du dir vorstellen,
1296 dass Reiten die sozialen Kompetenzen des Reiters fördert?

1297 P6: Ja also auch das, ähm (...) wie grade schon gesagt, also im Reitstall kommt
1298 man mit anderen Leuten zusammen und das ist eine (...) eine super Gelegenheit,
1299 dass man auf andere Leute zugeht und (...) mal plaudert man nach der Reit-
1300 stunde spontan, wenn man da andere sieht, also das ist schon sehr gut für die
1301 (...) ja für das soziale.

1302 I: Hm ok, dann ähm die letzte Frage, kannst du dir vorstellen, dass Reiten das
1303 Durchsetzungsvermögen des Reiters fördert?

1304 P6: Ja, also das ist ja das was mich auch vor allem betrifft und ich habe da jetzt
1305 in den wenigen Stunden bisher schon gelernt, dass ich mich halt immer gleich
1306 und auf der Stelle durchsetzen muss, dass das klappt und ja (...) also ja definitiv.

1307 I: Mhm ok, dann sind wir jetzt soweit mit den Fragen eigentlich fertig. Ähm, gibt's
1308 sonst noch irgendwie was, was du sagen willst?

1309 P6: Ne also sonst fällt mir jetzt nichts mehr dazu ein.

1310 I: Ok, dann ähm ja, vielen Dank.

1311 P6: Ja, gerne.

1312

1313 **I7-07-07-19:**

1314 I: Ok, dann fangen wir einfach mal an mit ein paar Einstiegsfragen. Ähm wie alt
1315 bist du denn?

1316 P7: Fünfzehn.

1317 I: Mhm und gut, männlich, weiblich lass ich gleich mal weg. Ähm seit wie lange
1318 reitest du schon?

1319 P7: Seit äh, drei Monaten ungefähr.

1320 I: Okay und wie oft reitest du so in der Woche? Auch gern so stundenmäßig?

1321 P7: Einmal die Woche, so in der Regel eine halbe Stunde.

1322 I: Ok, ähm (...) dann war's das mit den Einstiegsfragen. An was denkst du denn,
1323 wenn du an den Reitsport denkst? Was fällt dir da so ein?

1324 P7: Ähm in erster Linie Mal die Bewegung und ähm (...) also der Bezug zur Natur,
1325 wenn man mal ausreiten kann oder so (...)

1326 I: Mhm, fällt dir noch was ein? Oder (...)

1327 P7: Ja ist halt auch recht sportlich, wenn man jetzt das Springreiten anschaut
1328 oder sowas. Ja (...) ansonsten mehr eigentlich so auf die Schnelle nicht.

1329 I: Okay, ähm (...) dann die nächste Frage, als du (...) du reitest ja noch nicht so
1330 lange, aber als du zum Reiten angefangen hast, hattest du da irgendwelche
1331 Ängste oder Wünsche?

1332 P7: Ja, also meine größte Angst war eigentlich, dass ich vom Pferd runterfall, weil
1333 die sind ja doch ganz groß.

1334 I: Mhm, ja das sagen viele.

1335 P7: Aber so Wünsche eigentlich nicht.

1336 I: Okay, gut. Dann ähm (...) du reitest zwar noch nicht so lange, aber hattest du
1337 denn schon irgendein ganz schönes Erlebnis mit einem Pferd?

- 1338 P7: Ja was ziemlich cool war, das war mal (...) ähm, da durfte ich mal ohne Sattel
1339 reiten, das war irgendwie schon was ganz was anderes, weil da spürt man die
1340 Bewegungen viel, viel mehr von dem Pferd und das war nochmal ein ganz ein
1341 neuer Eindruck.
- 1342 I: Mhm und hat dich dieses Erlebnis irgendwie verändert, würdest du sagen?
- 1343 P7: Hm, ja (...) persönlich jetzt großartig nicht, aber ähm (...) man hat halt vor
1344 der ganzen Sache viel mehr Respekt, weil man halt dann spürt, wie viel Kraft so
1345 ein Pferd hat, weil sie doch so muskulös sind.
- 1346 I: Mhm okay. Ähm, so dann die nächste Frage bezieht sich jetzt so ein bisschen
1347 auf dich und deine Person. Wie würdest du dich denn selber beschreiben von
1348 deinem Charakter her? Auch Stärken oder Schwächen, wie du (...) wie würdest
1349 du dich einfach beschreiben?
- 1350 P7: Hm (...) eigentlich gar nicht so leicht (...) ähm (...)
- 1351 I: Ja, du kannst dir auch ruhig Zeit lassen und überlegen, ist gar kein Stress.
- 1352 P7: Okay, hm ja ich würde mich so als hilfsbereit schon beschreiben.
- 1353 I: Mhm (...)
- 1354 P7: Geduldig und durchaus selbstbewusst. Also Schwächen ist jetzt gar nicht so
1355 leicht (...)
- 1356 I: Ja gut, wenn dir nichts mehr einfällt, dann ist auch okay.
- 1357 P7: Ja, da bräuchte man viel mehr Zeit, dass man sich das überlegt (...) also da
1358 müsste ich auch meine Muma fragen.
- 1359 I: Ja du darfst dir auch gerne mehr Zeit lassen, wenn du mehr Zeit zum Überlegen
1360 brauchst. Aber wenn dir nichts einfällt, dann (...)
- 1361 P7: Vielleicht im Nachhinein (...)
- 1362 I: Okay. Äh, so und dann jetzt noch die Frage, wenn du dir aussuchen könntest,
1363 wie du von deiner Persönlichkeit her sein wollen würdest, wie würdest du denn
1364 sein wollen? Oder sagst du, passt eigentlich alles, ich bin ganz zufrieden.

- 1365 P7: Hm ja (...) eigentlich passt schon alles (...)
- 1366 I: Okay (...) na gut. Ähm, wo sind wir denn jetzt (...) muss ich mal kurz gucken
1367 (...) genau. Haben andere Menschen denn schon mal geäußert, dass dir das
1368 Reiten in irgendeiner Weise gut tut oder dich verändert hat?
- 1369 P7: Hm ne ist eigentlich keiner so auf mich zugekommen, vielleicht weil ich's
1370 einfach noch nicht lang genug mach.
- 1371 I: Mhm, ja vielleicht kommt das noch, okay. Ähm dann gebe ich dir einfach mal
1372 so ein Zitat und zwar Reiten stärkt das Selbstbewusstsein, was sagst du zu dem
1373 Zitat?
- 1374 P7: Ähm hm ja, das könnte ich mir durchaus schon vorstellen. Auch wenn ich's
1375 jetzt noch nicht so lange mach (...) aber ich mein Selbstbewusstsein hat ja immer
1376 was mit Durchsetzungsvermögen zu tun und ähm (...) man muss ja den Ton an-
1377 geben, wenn man reitet. Sonst gibt das Pferd den Ton an.
- 1378 I: Ja, das ist richtig. Ok, gut ähm (...) dann die nächste Frage, welche Gefühle
1379 weckt denn der Reitsport bei dir und kannst du dieses Gefühl mir irgendwas an-
1380 derem vergleichen?
- 1381 P7: Ähm (...) ja so also in erster Linie finde ich es ganz toll, weil (...) weil's mal
1382 was neues ist.
- 1383 I: Mhm.
- 1384 P7: Weil nicht immer nur Fußball oder so (...)
- 1385 I: Okay (...)
- 1386 P7: Und so, ja so wirklich ja (...) ist halt mal was Neues.
- 1387 I: Mhm, okay. Ähm, dann was glaubst du denn, welche positiven oder meinen
1388 wegen auch negativen Eigenschaften das Reiten bei einem Menschen fördern
1389 kann?
- 1390 P7: Ja, wie wir vorher schon geredet haben, das äh (...) Vertrauen in einen selber,
1391 also Selbstbewusstsein.

- 1392 I: Ja genau, das auf jeden Fall.
- 1393 P7: Und ähm, ja auch hm (...) ja ne (...) ja das (...) vielleicht, wenn ichs länger
1394 mach, dass dann noch irgendwie was anderes einfällt oder das wäre so jetzt in
1395 erster Linie (...)
- 1396 I: Mhm und negativ fällt dir aber auch nichts ein, oder?
- 1397 P7: Dass es ein (...) äh (...) mich verschlechtern würde, oder (...)?
- 1398 I: Ja, irgendwelche negativen Eigenschaften, weil Selbstbewusstsein ist ja eher
1399 was positives, wenn's das Reiten stärkt. Aber negatives fällt dir nichts ein, oder?
- 1400 P7: Hm nö (...) nö (...) wüsst jetzt nicht, wie das einen schlechter machen sollte.
- 1401 I: Ok, super. Dann die nächste Frage (...) inwieweit musstest du denn beim Rei-
1402 ten schon Verantwortung übernehmen?
- 1403 P7: Hm, naja da ich ja eigentlich hauptsächlich bloß in der Longe reite, also das
1404 Pferd von einer Person geführt wird, ähm (...) eigentlich noch nicht so viel. Also
1405 (...) höchstens auf die Reitsachen, wo ich sag, ja da habe jetzt Verantwortung
1406 übernommen. Weil das sind ja nicht meine eigenen, das ist ja alles noch geliehen.
1407 Ansonsten eigentlich nicht so.
- 1408 I: Okay, ähm gut (...) dann denkst du vielleicht, dass dir der Kontakt zu Pferden
1409 hilft auch einen offeneren Kontakt zu anderen Menschen zu bekommen und auch
1410 aufzubauen?
- 1411 P7: Hm (...) ja so eigentlich hatte ich ja (...) habe ich nicht so Probleme Kontakt
1412 mit anderen Menschen herzustellen. Aber ich könnt' s mir durchaus vorstellen,
1413 dass es anderen hilft, die vielleicht schüchtern sind.
- 1414 I: Mhm und kannst du das irgendwie begründen?
- 1415 P7: Ja, vor allem, halt wenn man dann am Reiterhof ist, da sind ja dann viele
1416 Gleichgesinnte, die auch Reiten, da fällt's dir viel leichter mit jemanden ins Ge-
1417 spräch zu kommen, und über ein Thema zu reden, ja (...)

- 1418 I: Okay mhm, ja würde ich auch sagen. Dann ähm (...) so insgesamt betrachtet,
1419 was haben dir denn die Pferde und das Reiten bisher beigebracht
- 1420 P7: Hm (...) ja so ähm (...) in erster (...) also was mir jetzt so als erstes einfällt,
1421 das ist, dass man sich halt auf eine Sache konzentrieren muss...
- 1422 I: Mhm (...)
- 1423 P7: Also fokussieren muss auf eine Sache und dass man auch dann dabei bleibt.
- 1424 I: Okay und warum?
- 1425 P7: Ja, weil wenn man jetzt zum Beispiel auf dem Pferd sitzt und dann tut man
1426 sich wegkonzentrieren, also man äh...schweift ab mit den Gedanken...
- 1427 I: Mhm...
- 1428 P7: Und dann ähm spürt das das Pferd halt und dann äh (...) schweift es auch
1429 ab mit den Gedanken und dann macht es lieber das, was es selber machen
1430 würde und bleibt dann irgendwie stehen oder geht in eine falsche Richtung.
- 1431 I: Okay gut (...) dann ähm ich habe mir selber auch so ein paar Sachen überlegt,
1432 die das Reiten eventuell fördern können (...) ähm und da würde ich jetzt einfach
1433 so ein bisschen abfragen (...) du musst es auch nicht auf dich beziehen, du
1434 kannst es ganz allgemein, also auch auf andere Menschen beziehen.
- 1435 P7: Mhm.
- 1436 I: Ähm, kannst du dir Vorstellen, dass Reiten das Selbstvertrauen des Reiters
1437 fördert?
- 1438 P7: Ja, also haben wir ja schon angesprochen, ja (...) also auch mit Durchset-
1439 zungsvermögen, also, dass man halt selber den Ton angibt (...)
- 1440 I: Mhm okay (...) ähm dann kannst du dir vorstellen, dass Reiten die Geduld des
1441 Reiters fördert?
- 1442 P7: Ja, das auf jeden Fall, weil das wird ja schon auf die Probe gestellt, weil es
1443 dauert ja auch bis man erst Mal eine Bindung zum Tier aufbaut, also ist ja nicht

1444 wie so eine Maschine, die man dann einschaltet, sondern, muss man halt sich
1445 erst aneinander gewöhnen (...) ja das Eis brechen, so zu sagen (...)

1446 I: Mhm, genau ist auch ganz wichtig, dass man erst mal eine Beziehung zum
1447 Pferd aufbaut, das stimmt schon, ähm (...) dann das nächste (...) kannst du dir
1448 vorstellen, dass Reiten das Verantwortungsbewusstsein des Reiters fördert?

1449 P7: Hm, ja schon, weil das ist ja (...) man muss ja auch aufpassen, dass dem
1450 Tier nichts passiert, also das halt (...) also da kenn ich mich jetzt nicht so gut aus,
1451 aber ich könnt mir halt vorstellen, wenn man richtig ausreitet, dass man da halt
1452 auch eine vernünftige Route wählt, dass das Pferd halt nicht stolpert oder umkni-
1453 cken kann.

1454 I: Ja das stimmt, da sollte man auch wirklich immer drauf schauen, dass man den
1455 besten Weg immer für das Pferd auswählt. Mhm, richtig (...) ähm dann kannst du
1456 dir vorstellen, dass das Reiten die sozialen Kompetenzen des Reiters fördern
1457 kann?

1458 P7: Hm (...) wie meinst das jetzt?

1459 I: Also wir hatten ja vorher auch schon die Frage, ähm wo ich gefragt habe, ob
1460 der Kontakt zu Pferden dir eventuell hilft zu anderen Menschen besser (...) also
1461 sich anderen Menschen bisschen besser nähern zu können, dass man bisschen
1462 offen auf andere Menschen zugeht (...)

1463 P7: Ah ok (...)

1464 I: Dass man empathisch ist (...)

1465 P7: Ähm ja schon (...) also, vor allem halt, wenn man halt dann eh schon (...) hm
1466 (...) wenn man vielleicht davor nie so gut mit Menschen reden konnte oder so
1467 und dann kommt man da mit (...) mit Gleichgesinnten in Kontakt und dann fällt's
1468 einen leichter und dann (...) ja dann lernt man das vielleicht auch besser mit
1469 Menschen umzugehen.

1470 I: Ok äh und dann noch als letztes habe ich mir überlegt (...) das Durchsetzungs-
1471 vermögen (...) kannst du dir vorstellen, dass das Reiten auch das irgendwie för-
1472 dert?

1473 P7: Hm ja auf jeden Fall, weil wie wir schon gesagt haben mit dem, wenn man
1474 halt, da man ja selber den Ton angeben muss, um halt eine gewisse Bewegungs-
1475 richtung zu erreichen, also da muss man sich halt gegenüber dem Pferd durch-
1476 setzen muss, dass es halt weiß, dass du der Chef bist und nicht das Pferd.

1477 I: Mhm, ja richtig, sonst kommt man, glaub ich, nicht zum Erfolg. Das stimmt, ok,
1478 dann sind wir jetzt so weit mit den Fragen so weit durch. Ähm gibt's sonst noch
1479 irgendwas was du sagen willst, inwieweit dir der Reitsport irgendwie helfen kann
1480 (...) oder auch nicht?

1481 P7: Hm, ne da glaube ich fällt mir auf die schnelle nichts mehr ein.

1482 I: Ok, dann (...) ja dann vielen Dank (...)

1483 P7: Ja, gern geschehen (...)

1484 **I8-10-07-19**

1485 I: So, dann fangen wir einfach mal mit ein in paar Einstiegsfragen an, ähm wie alt
1486 bist du denn?

1487 P8: Sechzehn.

1488 I: Gut, männlich, weiblich lass ich mal weg. Ähm, das weiß ich eh. Wie lange
1489 reitest du schon?

1490 P8: Acht Jahre und fünf Jahre voltigiert.

1491 I: Okay und wie oft reitest du in der Woche? Auch gern so stundenmäßig.

1492 P8: Also ich habe Minimum ein bis zwei Reitstunden wöchentlich, das heißt, un-
1493 ungefähr eine Stunde (...) also insgesamt zwei Stunden dann.

1494 I: Okay, ähm, wenn du so an den Reitsport denkst, an was denkst du da?

1495 P8: Zusammenarbeit mit dem Pferd, Harmonie mit dem Pferd, Spaß, Adrenalin
1496 (...) äh und einfach Wohlfühlen.

1497 I: Okay und als du damals zum Reiten angefangen hast, hattest du da irgendwel-
1498 che Ängste oder Wünsche? Jetzt außer Reiten zu lernen?

1499 P8: Äh, Respekt vorm Runterfallen, aber nachdem ich selber mal äh (...), sagen
1500 wir mal, kopfüber gehangen (...) gehängt bin am Pferd (...), weil ich durch den
1501 Steigbügel gerutscht bin, hat sich das gelegt. Also mich kriegt keiner so schnell
1502 (...) sagen wir mal runter, beziehungsweise ich steig auch gleich wieder auf.

1503 I: Okay und aber hattest du irgendwelche speziellen Wünsche als du jetzt zum
1504 Reiten angefangen hast oder einfach nur Reiten lernen?

1505 P8: Spaß haben.

1506 I: Okay, gut. Ähm dann wenn du jetzt nochmal in der Zeit zurück schaust, als du
1507 zum Reiten angefangen hast, wie würdest du dich zu dem Zeitpunkt beschreiben
1508 von deiner Persönlichkeit her?

1509 P8: Äh zurückgezogen, ähm (...) nicht sehr selbstbewusst, was noch (...) schüch-
1510 tern (...) ja, mehr fällt mir nicht ein.

1511 I: Ähm wie alt warst du da nochmal?

1512 P8: Acht.

1513 I: Okay mhm, ähm was war denn (...) also ich mein klar, man hat ganz viele
1514 schöne Erlebnisse, aber kannst du dich an irgendein spezifisches schönes Er-
1515 lebnis mit einem Pferd erinnern?

1516 P8: Ich muss nachdenken (...)

1517 I: Ja lass dir Zeit.

1518 P8: (...) schwierig (...) es gibt so viele (...)

1519 I: Ich weiß schon, aber du kannst dir auch irgendeins rauspicken, wo du sagst,
1520 das war total schön.

1521 P8: Das hört sich jetzt blöd an, aber es war damals das Putzen von dem Volti-
1522 gierhengst, wo wir gehabt haben.

1523 I: Okay und warum?

1524 P8: Weil er einfach dagestanden ist (...) hengstmäßig einfach dagestanden ist
1525 und nichts getan hat. Die Kinder sind einfach (...) wir sind unter seinen Bauch
1526 durchgerutscht und alles. Der war einfach so gechillt und allgemein das Voltgie-
1527 ren auf diesem Pferd, das hat einfach Spaß gemacht. Der war ein Riese.

1528 I: Okay und ähm hat dich dieses Erlebnis irgendwie verändert, würdest du sagen?

1529 P8: Ähm, ich bin schon immer so mit Pferden (...) freu ich mich immer drauf (...),
1530 wie formuliere ich das jetzt (...) ja das hat erst richtig dieses, ähm (...) noch mehr
1531 unterstützt, ich will mehr mit Pferden machen. Diese Liebe zu Pferden war (...)
1532 wurde dadurch stärker und das wird's immer noch.

1533 I: Okay, dann ähm, wenn du dich jetzt beschreiben müsstest, wie du jetzt von
1534 deiner Persönlichkeit her bist, wie würdest du dich selber beschreiben?

- 1535 P8: Selbstbewusster, ähm motivierter, offener, ähm geduldiger, ähm ruhiger und
1536 bedachter. Bedacht äh (...)
- 1537 I: Warte, meinst du jetzt so (...)
- 1538 P8: Man denkt anders über andere Dinge, hoff du weißt, was ich mein.
- 1539 I: Jaja passt schon, genau. Ok, glaubst du, dass dich der Reitsport auch in ir-
1540 gendeiner Weise verändert hat?
- 1541 P8: Ja, Selbst (...) durchs Selbstbewusstsein, durch (...) du musst ja Selbstbe-
1542 wusstsein beim Pferd ausstrahlen, damit das Pferd dir gehorcht, sag ich jetzt mal.
1543 Sonst funktioniert das nicht, wenn du Angst hast, merkt das Pferd das und es
1544 braucht ja ein Herdenführer und dieses Durchsetzungsvermögen.
- 1545 I: Okay hm dann jetzt die Frage, also wir haben ja schon gesagt, wie du von
1546 deiner Persönlichkeit her bist und jetzt die Frage, wenn du dir aussuchen könn-
1547 test, wie du sein wollen würdest, wie würdest du denn sein wollen?
- 1548 P8: Kann ich auch einfach sagen, ganz so wie ich bin?
- 1549 I: Ja, das geht natürlich auch.
- 1550 P8: So wie ich bin.
- 1551 I: Gut passt, das ist auch in Ordnung. Ähm aber ist es dann so, würdest du sagen,
1552 dass dich der Umgang mit den Pferden auch so gemacht hat, dass du jetzt zu-
1553 frieden bist mit deiner Persönlichkeit? Weißt du, was ich meine?
- 1554 P8: Ja, ich weiß was du meinst. Ja, bin ich (...) äh ja, glaube ich. Ähm, durch das
1555 (...) einfach durch das Arbeiten mit dem Pferd. Durchs selbstständige Arbeiten
1556 mit diesen riesen Tieren, Lebewesen.
- 1557 I: Mhm. Ok ähm (...) inwieweit merkst du denn einen Unterschied, als du früher
1558 zum Reiten angefangen hast zu deinem jetzigen Entwicklungsstand, also auch
1559 von der Persönlichkeit her?
- 1560 P8: Also ich bin mehr geduldiger geworden, ich ähm (...) tu Ini (...) Initiative er-
1561 greifen automatisch, wenn was nicht richtig funktioniert.

- 1562 I: Mhm.
- 1563 P8: Ähm Biegen, Stellen, Lockern, automatisch läuft das schon ab, wo man früher
1564 einfach immer gesagt gekriegt hat, genauso wie das zusammenspielen mit dem
1565 Pferd anders geworden ist.
- 1566 I: Mhm.
- 1567 P8: Es ist mehr eine Harmonie und nicht mehr dieses `öh du müsst jetzt, öh das
1568 funktioniert nicht`, sondern einfach dieses gegenseitige aufeinander eingehen.
- 1569 I: Mhm also nicht nur Pferd ist Maschine, und soll jetzt das und das machen,
1570 sondern
- 1571 P8: Genau.
- 1572 I: Okay. Ähm, dann haben andere Menschen schon mal geäußert, dass dir der
1573 Reitsport in irgendeiner gut tut oder dich verändert hat?
- 1574 P8: Oh, das weiß ich gar nicht. Das hört sich jetzt blöd an, aber das weiß ich
1575 nicht.
- 1576 I: Ich weiß nicht, aber du reitest doch schon so lange. Hat da deine Muma nie
1577 irgendwas gesagt oder (...)
- 1578 P8: Muma erinnert sich bloß ans frieren.
- 1579 I: Oh (...) ok.
- 1580 P8: Die kennt sich da nicht so gut aus. Äh nö, wüsste ich jetzt nicht, tut mir leid.
1581 Ich muss bei der Frage leider passen.
- 1582 I: Ja ist kein Problem. Dann bekommst du jetzt einfach mal so ein Zitat und zwar
1583 Reiten stärkt das Selbstbewusstsein. Haben wir ja vorhin schon so ein bisschen
1584 gesagt, aber ähm (...) was sagst du denn zu diesem Zitat, stimmt das?
- 1585 P8: Stimmt, vollkommen.
- 1586 I: Ok.

1587 P8: Weil durch das, dass du mit einem großen Tier selber arbeiten musst, du
1588 musst Selbstbewusstsein ausstrahlen, weil sonst kannst du mit dem Pferd nicht
1589 zusammen spielen.

1590 I: Mhm (...)

1591 P8: Ein ängstlicher Mensch macht das Pferd ängstlich, beziehungsweise das
1592 Pferd geht nicht auf den Menschen ein und hat keinen Respekt vor dem.

1593 I: Mhm ok. Ähm, dann welche Gefühle weckt denn der Reitsport bei dir und
1594 kannst du dieses Gefühl mit irgendwas vergleichen?

1595 P8: Ähm, also einerseits zum Beispiel Springen, diesen Adrenalin (...), wie wenn
1596 man, blöd gesagt, auf dem Motorrad sitzt und Gas geben kann. Also als Vergleich
1597 (...) oder genauso wie, äh in der Dressur dieses Geduldspiel, diese Harmonie,
1598 diese (...), das ist wie, wenn du an Sudoku hockst, sag ich jetzt blöd. Oder ähm,
1599 diese Harmonie wo du hast, wenn du (...) wie beim Geige spielen zum Beispiel
1600 oder sowas, wie diese Harmonie, wie so Einklang zu sein mit dem Pferd.

1601 I: Mhm, doch ja ich weiß, was du meinst.

1602 P8: Ja, ich bin grade selbst überrascht von mir selber.

1603 I: Doch, wenn () also (...)

1604 P8: Ja, du weißt, was ich mein.

1605 I: Ich weiß, was du meinst, genau. Ähm, jetzt so allgemein, nicht unbedingt auf
1606 dich bezogen, was glaubst du denn, welche förderlichen, also positiven oder mei-
1607 net wegen auch negative Eigenschaften der Reitsport bei einem Menschen för-
1608 dern kann?

1609 P8: Ähm (...) es kann, sehr den Ehr (...) äh (...) negativ finde ich ein bisschen
1610 sehr den Ehrgeiz (...) steigern. Das kann einerseits gut, andererseits schlecht
1611 sein, weil es teilweise auf Kosten des Pferdes ist, der Ehrgeiz, und nicht auf Kos-
1612 ten des Reiters, weil wenn das Pferd was falsch macht (...) äh beziehungsweise
1613 der Reiter was falsch macht, wird's aufs Pferd geschoben, weil das kann ja das
1614 angeblich nicht, obwohl es kann.

- 1615 I: Ja, ja genau (...)
- 1616 P8: Ähm Geduld lernt man durchs Reiten, was ich sehr positiv finde. Durch das,
1617 dass man sagt, ok es geht jetzt nicht über den Teppich drüber, da muss man halt
1618 absteigen und mit Geduld daran arbeiten, dass es einen Schritt drauf macht, und
1619 immer und dann dur (...) immer wieder, immer wieder, dieses Geduldsspiel (...)
1620 ähm dann Selbstbewusstsein ist positiv, ähm du lernst, was ich auch viel finde ist
1621 so leichte Führungsstärke, ein bissl aber nicht zu viel, sollte man da (...) weil
1622 dann geht's schon wieder ins negative, weil du musst ja dem Pferd zeigen kön-
1623 nen, komm, das ist keine Gefahr, das ist äh, was ganz normales und das Pferd
1624 muss Respekt vor dir haben (...) deswegen dieses Führer (...) also (...)
- 1625 I: Ja, ich weiß schon (...) so Führungsstilmäßig.
- 1626 P8: Genau
- 1627 I: Gibt's ja auch ganz viel.
- 1628 P8: Eben.
- 1629 I: Mhm, fällt dir noch was ein, oder (...)?
- 1630 P8: Nö.
- 1631 I: Ok gut, ähm dann die nächste Frage, glaubst du, dass dir der Kontakt zu Pfer-
1632 den hilft und das Reiten auch einen offeneren Kontakt zu anderen Menschen
1633 aufzubauen und zu bekommen?
- 1634 P8: Ja, durchs Reiten lernst du erst andere viele (...) sagen wir einfach andere
1635 gestörte Weiber kennen und lieben.
- 1636 I: Mhm (...)
- 1637 P8: Und du gehst ganz anders mit Menschen um, wenn ich zum Beispiel, in mei-
1638 ner Arbeit zum Beispiel, in meiner Ausbildung jemand mich angeht oder sowas
1639 bin ich gelassener und geh nicht darauf ein so richtig, sondern ignorier's eher und
1640 überspiel's.

1641 I: Okay ähm (...) dann die nächste Frage, was haben dir denn die Pferde und der
1642 Reitsport alles beigebracht? Ich weiß, die Fragen wiederholen sich zum Teil, aber
1643 jetzt kannst du nochmal alles zusammenfassen, was du gelernt hast durch die
1644 Pferde und das Reiten.

1645 P8: Oha.

1646 I: Oh je, jetzt kommt viel.

1647 P8: Durch das Voltigieren, wo ich fünf Jahre am Anfang gemacht hab seit ich drei
1648 bin, habe ich das Gleichgewicht mitbekommen, dieses gerade Sitzen auf dem
1649 Pferd, den Schwung ausbalancieren vom Pferd, ähm (...) Figuren auf dem Pferd
1650 zum Beispiel zu machen, wo viel, viel Gleichgewicht braucht. Äh dann beim Rei-
1651 ten selber die ähm, ebenfalls Gleichgewichtsschulung mehr, Sitzmäßig aufrech-
1652 ter, Sitz aufrechter Gang kommt dadurch, ähm das Körperbewusstsein, dass du
1653 durch den Sattel durch spürst, wie dein Pferd steht, wie die Pferd sich fühlt, wie
1654 dein Pferd läuft. Dann ähm, allein schon mit (...) zum Beispiel mit der Hand ist es
1655 auch so, wie viel muss ich jetzt machen, wie viel nicht. Dadurch dieses (...) ähm
1656 Zusammenspiel zu bemerken, wie muss ich jetzt mit dem Bein treiben, wie muss
1657 ich jetzt mit der Hand arbeiten.

1658 I: Mhm.

1659 P8: Genauso wie das (...) Kopf schnell denken, nicht an den Sachen hängen
1660 bleiben, wo vor zwei Sekunden waren. Das ist beim Springen ganz wichtig.

1661 I: Ja (...)

1662 P8: Genau so wie nicht ablenken zu lassen, in einen Tunnel drin zu sein, wenn
1663 ich meine Aufgabe hab, mache ich meine Aufgabe und so lange bis wir beide,
1664 Pferd und ich zufrieden sind. Ähm, nicht das Pferd zu überfordern, zu merken, ja
1665 es kann nicht mehr, ja wir müssen da ran (...) wir müssen an diesen Sachen
1666 mehr Arbeiten, das Pferd braucht die Stärkung, das Andere braucht des. Da
1667 muss man wieder da mit der Hand nachgeben, dieses Einstellen von einer Se-
1668 kunde auf die andere auf das andere Pferd (...) Ich glaub das reicht erst Mal (...)

1669 I: Ja, das ist doch schon eine Menge, perfekt. Ähm ich hab mir selber auch so
1670 ein paar Sachen überlegt, wo ich denk, dass das Reiten ein paar Eigenschaften

1671 fördern kann und jetzt frage ich einfach mal deine Meinung dazu ab. Ähm, denkst
1672 du, dass das Reiten das Selbstvertrauen des Reiters fördern kann?

1673 P8: Ja, weil durch das, dass das (...) das Pferd gibt die Bestätigung, sowohl der
1674 Reitlehrer. Weil wenn's zum Beispiel heißt: Reit einen Zirkel und der Reitschüler
1675 reitet einen guten Zirkel mit Biegung und Stellung, wird er erstens vom Reitlehrer
1676 gelobt und zweitens lässt sich sein Pferd fallen und wird locker.

1677 I: Mhm ja, ok. Dann ähm wie sieht's denn aus mit dem Verantwortungsbewusst-
1678 sein? Glaubst du, dass das auch durch das Reiten gefördert wird?

1679 P8: Ja, weil du dafür verantwortlich bist in der Stunde auf dein Pferd zu achten.
1680 Sowie wenn du's fertig (...) äh bist, absattelst.

1681 I: Mhm.

1682 P8: Weil du dafür verantwortlich bist, sitzt der Sattel richtig, liegt die Trense rich-
1683 tig, keine Falten, ähm hat es da was im Huf, dann ist es (...) ist kein Dreck (...)
1684 unter der Satteldecke. Ähm und danach ist es genau so, hat es Steine im Huf, äh
1685 wie viel hat es geschwitzt, muss ich es abspritzen, muss ich es trocken reiben,
1686 damit das Pferd nicht krank wird.

1687 I: Mhm okay, dann hast du vorhin auch schon ein bisschen gesagt mit der Ge-
1688 duld, das habe ich mir nämlich auch gedacht. Ähm, also da geh ich mal davon
1689 aus, dass du auch denkst, dass die Geduld des Reiters durch Reiten gefördert
1690 wird, oder?

1691 P8: Ja.

1692 I: Mhm, kannst du das auch begründen?

1693 P8: Weil es ist zum Beispiel so, wie gesagt, um ein Pferd durchlässig, also locker
1694 zu bringen, also normal deutsch gesprochen (...)

1695 I: Ja (...)

1696 P8: Braucht lange, das heißt man braucht Geduld bis das auch mal klappt und
1697 irgendwann wird's immer schneller, immer schneller, weil man selber weiß, ach
1698 ich muss das und das bei dem Pferd machen, damit es locker wird.

- 1699 I: Mhm, ja.
- 1700 P8: Mehr Beispiele (...)
- 1701 I: Mhm passt. Ähm, dann denkst du, dass das Reiten auch die sozialen Kompe-
1702 tenzen des Reiters fördern kann?
- 1703 P8: Ja, weil man ähm, sagen wir mal in der Reiterwelt bist du nie alleine. Es gibt
1704 blöd gesagt, die wo über dich lästern und die anderen, die wo dir gut zureden
1705 und dir helfen wollen. Ähm, das Zusammenspiel ist einfach, du musst einfach
1706 Leute suchen im Reitsport, die zu dir passen und du sagen kannst, mit denen
1707 kann ich mich messen, aber im freundschaftlichen Sinne. Immer so einen kleinen
1708 Wettbewerb und so, komm das schaffst du schon.
- 1709 I: Mhm so zum Ansporn (...)
- 1710 P8: Genau, sich gegenseitig zu unterstützen aber dennoch einen kleinen Kon-
1711 kurrenzkampf zu haben, sag ich jetzt mal. Aber freundschaftlich gehabt.
- 1712 I: Mhm und dann als letztes habe ich noch das Durchsetzungsvermögen des Rei-
1713 ters.
- 1714 P8: Heißt zum Beispiel, wie bei deinem Pferd, sag ich jetzt mal, ähm, dass sie
1715 nicht immer losrast zum Beispiel, sondern, dass man sie (...) `nein du bleibst jetzt
1716 im Trab und du bleibst auch jetzt im Trab und nicht, vorm Hindernis angalop-
1717 pierst`, das ist Durchsetzungsvermögen für mich, und das muss man auch erst
1718 mal reinkriegen, weil irgendwann denkt man sich, `oh ich kann nicht mehr und
1719 eigentlich keine Lust mehr` und...und wenn du dieses, blöd gesagt, Durchset-
1720 zungsvermögen so fest in deinem Hirn verankert hast, dann denkst du dir, scheid
1721 egal mir tut grad alles weh, aber ich muss da jetzt durch. Punkt. Also so ist es bei
1722 mir.
- 1723 I: Okay gut, prima, doch passt schon. Ähm, dann nur so (...) sind wir jetzt eigent-
1724 lich schon wieder fertig, aber falls du noch irgendwas sagen willst, wie dir die
1725 Pferde und das Reiten geholfen haben, dich irgendwie zu entwickeln und dein
1726 Persönlichkeit (...)
- 1727 P8: Hab ich schon (...)

1728 I: Okay ja gut, ist in Ordnung.

1729 P8: Hab ich doch schon alles.

1730 I: Ja das stimmt, war ein sehr schönes Interview, vielen Dank.

1731 P8: Bitteschön.

Ehrenwörtliche Erklärung

Mir ist bekannt, dass dieses Exemplar der Bachelor- bzw. der Masterarbeit als Prüfungsleistung in das Eigentum des Freistaates Bayern übergeht.

Ich versichere, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig verfasst und außer den angeführten keine weiteren Hilfsmittel benutzt habe. Soweit aus den im Literaturverzeichnis angegebenen Werken und Internetquellen einzelne Stellen dem Wortlaut oder dem Sinn nach entnommen sind, sind sie in jedem Fall unter der Angabe der Entlehnung kenntlich gemacht.

Die Versicherung der selbständigen Arbeit bezieht sich auch auf die in der Arbeit enthaltenen Zeichen-, Kartenskizzen und bildlichen Darstellungen.

Ich versichere, dass meine Bachelor- bzw. Masterarbeit bis jetzt bei keiner anderen Stelle veröffentlicht wurde. Zudem ist mir bewusst, dass eine Veröffentlichung vor der abgeschlossenen Bewertung nicht erfolgen darf.

Ich bin mir darüber im Klaren, dass ein Verstoß hiergegen zum Ausschluss von der Prüfung führt oder die Prüfung ungültig macht.

Ort, Datum

Unterschrift des Verfassers