

**Resilientes Immunsystem
Tiergestützte Therapie**





© GRON777 - stock.adobe.com

Über besondere Co-Therapeuten

Tiere als Eisbrecher und Begleiter in der Therapie

Was vor Jahren noch nahezu undenkbar war, wird heutzutage immer mehr gelebte Praxis. Zum Glück, wie ich finde. Die Rede ist von Tieren, die eine besondere Aufgabe haben – sie begleiten ihre Halter in therapeutische Settings. Etwa in Kliniken, Pflege- und Altenheime, Psychotherapie oder pädagogische Einrichtungen. Einige Studien und Fachbücher belegen mittlerweile die positiven Effekte, die die Tiere dabei durch ihre bloße Anwesenheit auf die Menschen haben. D. h. sie müssen und sollen keine Kunststücke vorführen. Das wäre auch im Sinne des Tierschutzes bedenklich. Es ist aber auch gar nicht von Nöten, wie der Artikel zeigt.

Auch meine Hündin Feli begleitet mich seit Februar diesen Jahres regelmäßig in eine private Psychologische Praxis, in der ich aktuell als Honorarkraft psychotherapeutisch tätig bin. Eins vorweg: Sie ist kein ausgebildeter Therapiehund. Dennoch konnte ich einige positive Effekte feststellen. Da ist zum einen Freude, bei fast jedem meiner Klienten, sobald sie die kleine Terrier-Mischlingshündin sehen. Mein feinfühliges Tier hatte es außerdem schnell raus, wem ihr Support – einfach da sein – gerade hilfreich ist. Dabei hat sie eine hohe Trefferquote.

Einige Klienten betonen auch, dass es ihnen gut tut, wenn sie haptisch etwas tun können, also den Hund streicheln, während sie über belastende Themen sprechen. Feli scheint in ihrem vorherigen Leben, sie war teilweise ein Straßenhund, vorwiegend positive Erfah-

rungen mit Menschen gemacht zu haben und ist ihnen daher wohl gesonnen. Aggressiv zeigt sie sich nicht. In dem Fall könnte ich sie auch nicht mitnehmen. Natürlich bin ich manchmal dennoch regulierend gefragt, wenn sie z. B. nicht in die Ruhe finden will und zwischen mir und dem Klienten hin und her läuft.

Ich nehme ihre Anwesenheit aber auch zum Anlass, um, sofern relevant, mit den Klienten Selbstwirksamkeit oder Grenzen setzen zu üben. Etwa, indem ich sie selbst den Kontakt zum Tier regulieren lasse. Natürlich kann ich sie jederzeit unterstützen. Der positive Effekt, den Feli vor allem hat, liegt meiner Beobachtung und Meinung nach, vor allem darin, dass Hunde uns Menschen so annehmen, wie wir wirklich sind. Das allein hat schon einen heilsamen Effekt. Auch als Eisbrecher hat sie schon dass ein oder andere Mal einen wichtigen Job übernommen. Gerade bei Klienten, die sich etwas schwer damit tun, sich zu öffnen.

Ein kleiner Auszug aus der Forschung

Es ist wenig überraschend, dass Tiere heutzutage gerne und in steigender Anzahl in therapeutischen Kontexten eingesetzt werden. Etwa in Kliniken, Altenheimen oder der Psychotherapie. Ihre positiven Effekte dabei sind keinesfalls vorab lange untersucht und erforscht worden, sondern sie sind vielmehr zufällig beobachtet worden, wenn ein Tier

bei einer Therapie oder ähnlichem dabei war.

Ein Vortrag der TU Dresden führt sogar auf, dass Hunde- und Katzenbesitzer oder Menschen, die einfach nur Tierkontakt hatten (Anwesenheit reicht) bei koronaren Herzerkrankungen eine höhere Überlebenschancenwahrscheinlichkeit haben, als Nicht-Tierbesitzer bzw. Patienten ohne Tierkontakt. Auch ihr Blutdruck und Puls sowie Cholesterinspiegel sanken und sie klagten u. a. weniger über gesundheitliche Probleme und suchten seltener ihren Hausarzt auf. In Bezug auf die Psyche reduzierten sich Symptome, beispielsweise Angst und Depressionen, ebenso lassen Gefühle von Einsamkeit nach [1].

Eine Dissertation, die an der Universität Kassel eingereicht wurde, untersucht speziell den Einsatz und die damit verbundenen Effekte von Haustieren in Demenz-WG's. Auch hier wird der „Eisbrecher“-Effekt beschrieben, durch den die Tiere einen besseren Zugang zu den erkrankten Menschen ermöglichen. Auch, wenn Tiere natürlich nicht heilen können, so haben sie jedoch nachweislich günstige Effekte auf den Menschen.

Da Demenz zum heutigen Tag nach wie vor nicht heilbar ist, gilt der Einsatz von Tieren als eine unterstützende, nichtmedikamentöse Maßnahme. Die Mitarbeitenden profitieren ebenfalls von der Anwesenheit der Tiere: Es wird öfter gelacht und es gibt auch mal andere Gesprächsthemen, was



Abb. 1: Feli, meine Hündin, begleitet mich regelmäßig zu meiner Tätigkeit in einer psychologischen Praxis. Bei den Klienten ist sie beliebt. Hier hat sie es sich auf meinem Sessel bequem gemacht.

sich wiederum günstig auf den Arbeitsalltag auswirkt. Eine der schönsten und wohl auch bedeutendsten Eigenschaften von Tieren ist, dass sie uns Menschen so annehmen, wie wir sind. Das allein kann sich schon günstig auswirken. Die Studie beschreibt zudem, wie die Tiere die demenziell veränderten Menschen zum Lächeln bringen, sie durchs Streicheln in den gegenwärtigen Moment holen und sich allge-

mein positiv auf ihre Lebensqualität auswirken. Die Mitarbeitenden werden so auch entlastet [2].

Tier und Mensch in der Ausbildung

Tiefere Einblicke in die Tiertherapie habe ich während meines Interviews mit Dr. Sandra Foltin erhalten. Sie hat ein Ausbildungszentrum für tiergestützte Therapie in Oberhausen gegründet und arbeitet bereits seit mehr als 20 Jahren in der tiergestützten Intervention.

Darauf aufmerksam wurde sie während ihres Studienaufenthalts in den USA. Neben der Tätigkeit in ihrem Ausbildungsinstitut ist sie als Hochschuldozentin tätig und arbeitet selbst mit Hunden aus dem Tiererschutz in mehreren Institutionen mit Menschen zusammen. Dazu zählen z. B. Wachkomapatienten, Menschen mit bestimmten Ängsten und Phobien sowie hochaltrige Patienten.

Auch ihre Doktorarbeit in Biologie widmete sie ihrem Herzensthema: Der Verhaltensforschung zum Thema Hund. „In den USA be-

gleiten Tiere ihre Menschen schon viel länger in therapeutische Settings“, berichtet Dr. Sandra Foltin, „mich hat das damals sehr fasziniert.“ Zurück in Deutschland rief sie zunächst das Projekt „Hunde auf Rädern“, einen Besuchsdienst, ins Leben. Ziel war es, durch den Einsatz der Hunde das Wohlbefinden und die Kommunikation mit den Patienten zu fördern. „Zu der Zeit gab es kaum Ausbildungsträger bzw. nur wenige die gute Qualitätsstandards aufwiesen“, so Dr. Foltin. Das motivierte sie zusätzlich, ihr eigenes Institut zu gründen.

Der Großteil ihrer Teilnehmer sind Frauen, nämlich 80 %. „Auch heute wird der Einsatz von geprüften Interventionstieren noch belächelt, obwohl jeder Einsatz dokumentiert und evaluiert wird“, ergänzt sie.

Hauptsächlich kommen Menschen mit ihren Hunden in die Ausbildung, aber auch Ziegen, Hühner und Meerschweinchen finden immer mal wieder ihren Weg nach Oberhausen. Der Einsatz der Tiere sieht anders aus, als ihn sich viele Menschen vermutlich vorstellen: Es werden keine Kunststücke ausgeführt und die Tiere werden auch nicht zum Streicheln herumgereicht. Das wäre nicht tiergeschuttkonform.

Vielmehr geht es darum, die Tiere zu beobachten und sie freiwillig, ohne sie zum Beispiel durch Leckerchen zu locken, zu sich kommen zu lassen. Der Effekt, wenn das Tier dann aus eigenen Stücken zu einem Menschen kommt, ist so auch größer und das Erleben schöner. Es wird außerdem etwas für die Tiere getan. D. h., wenn etwa Meerschweinchen mitgebracht werden, so wird für diese Gemüse geschnitten. Die Patienten sind somit involviert, ihre Feinmotorik wird gefördert und sie sind mit ihrem Erleben im gegenwärtigen Moment.

Achtsamkeit steht im Vordergrund

Die Teilnehmer ihrer Ausbildung werden nach ESAAT und IAHAIO (s. Websites) zertifiziert. Angeboten werden dabei zwei Zertifikate: Eins für den Menschen als Fachkraft und eins für das Mensch-Hunde-Team. Es geht dann vorrangig darum, die Teams auf mögliche Situationen vorzubereiten, die der Mensch zum Schutz des Hundes beherrschen muss. Etwa, wenn in einer Einrichtung versehentlich Tabletten am Boden liegen oder wenn ein Mensch stürzt.

Daher ist Achtsamkeit ein wichtiger Bestandteil. Die Teams sollen dabei auch erforschen, was für sie ein passendes Setting ist. Ist dieses nicht stimmig, so reagieren die Hunde häufig mit psychosomatischen Symptomen. Um sie nicht zu überfordern gibt es daher die zeitliche Vorgabe, dass sie nur an zwei Tagen in der Woche für jeweils maximal 45 Minuten begleiten sollen. Bereits zu Hause sollten die Teilnehmer sich für den späteren Einsatz vorbereiten.

Etwa, indem sie die Hunde an verschiedene Untergründe gewöhnen, die ihnen dann später in den verschiedenen Einrichtungen tatsächlich begegnen können. Und auch auf mögliche Gerüche, Geräusche oder Situationen (z. B. Aufzug fahren) sollen sie vorab positiv und kleinschrittig vorbereitet werden.

Großen Wert legt Dr. Foltin darauf, dass Tiere als gleichwürdig angesehen werden. Auch sie dürfen ein „nein“ zeigen, etwa indem sie nicht zu jedem Menschen hingehen und sich anfassen lassen müssen. Es geschieht auf freiwilliger Basis. Andernfalls sieht die Biologin gerade hier eine Gefahr der tiergestützten Intervention. Nämlich, dass die Tiere durch Menschen ausgenutzt werden.

Sie sind aber von uns abhängig und müssen deshalb auch achtsam behandelt werden. Wo wir schon so viel von Tieren nehmen,



Abb. 2: Dr. Sandra Foltin, die selbst Hunde aus dem Tierschutz hält, hat u. a. ein Ausbildungszentrum für tiergestützte Therapie gegründet. Die Bedürfnisse der Tiere stehen dort im Mittelpunkt.

sollten wir ihnen auch immer wieder etwas schönes geben“, schließt Dr. Foltin. Sie hat dafür u. a. noch die so genannten „Schnüffelgärten“ ins Leben gerufen. Dabei handelt es sich um komplett umzäunte Gärten, in denen Hunde nach Lust und Laune ihrem natürlichen Schnüffeltrieb nachgehen können. Ganz ohne Leine. Die Gärten gibt es an verschiedenen Orten in ganz Deutschland. Eine Übersicht findet sich auf der Website des Ausbildungsinstituts (s. Kontakt).

Vanessa Kämper, M. A.

Keywords: Hund, Therapiehund, Tiergestützte Therapie

Kontakt:

Dr. rer. nat. Sandra Foltin
 US-Juristin
 B. Sc. Psychologie
 Tierphysiotherapeutin
 Gründerin des Ausbildungszentrums für tiergestützte Therapie und
 Dozentin Vorsitzende des Vereins animal-advocate e. V.

Literatur

- [1] https://tu-dresden.de/gsw/ew/issw/besp/ressourcen/dateien/mtb/vortrag_dennis_turner_2012?lang=de
- [2] Sabrina Naber, "Wirkungen tiergestützter Interventionen auf Menschen mit Demenz in ambulant betreuten Wohngemeinschaften" https://kobra.uni-kassel.de/bitstream/handle/123456789/2018031354753/Dissertation_SabrinaNaber.pdf?sequence=3



Vanessa Kämper

Vanessa Kämper ist Redakteurin & Heilpraktikerin für Psychotherapie mit den therapeutischen Schwerpunkten Hypnose, EMDR, Gestalt- und Gesprächstherapie. In Ihrer „Gefühlssprechstunde“, einer Praxis für Persönlichkeitsentwicklung & Psychotherapie (nach Heilpraktikergesetz) bietet sie Begleitung & Beratung.

Kontakt:

www.gefuehlssprechstunde.de
kontakt@gefuehlssprechstunde.de