

# Tiergestützte Therapie in der Psychotherapie

**TIERGESTÜTZTE THERAPIE** – was versteht man darunter und wie funktioniert sie in der Psychotherapie? Tiergestützte Therapien sind gezielt auf einen Patienten bzw. eine Patientengruppe zugeschnitten und werden von einem Therapeuten durchgeführt. Am weitesten verbreitet ist die therapeutische Arbeit mit speziell dafür ausgebildeten Hunden oder Pferden. Daneben gibt es andere tiergestützte Aktivitäten, die kein spezifisches therapeutisches Ziel verfolgen, aber natürlich auch eine therapeutische Wirkung haben können. Dazu gehören z.B. Tierbesuchsprogramme in Altenheimen. Und es gibt sogenannte Begleit- oder Assistenzhunde. Das bekannteste Beispiel dafür sind wohl Blindenhunde. Seit einigen Jahren werden Hunde auch zu PTBS-Assistenzhunden ausgebildet. Sie sollen schwer traumatisierte Patienten unterstützen, sie zum Beispiel durch Menschenmassen führen oder sicherstellen, dass andere Menschen eine bestimmte Distanz zu den Patienten wahren. Sie geben ihnen Sicherheit allein durch ihre Anwesenheit und erfüllen für die Patienten auch eine wichtige Funktion als Sozialpartner.

Die Ärztin Anke Prothmann vom Klinikum rechts der Isar in München hat sich intensiv mit tiergestützter Therapie bei psychisch auffälligen Kindern und Jugendlichen beschäftigt. Sie ist der Meinung, dass sich viele unserer Nutz- und Haustiere im psychotherapeutischen Bereich unkompliziert einbinden lassen und dort eine Vielzahl von Effekten bewirken können. Esel sind gut geeignet für Kinder, und traumatisierte Patienten sprechen hervorragend auf Alpakas an, hat man herausgefunden. Eines aber können und sollten die Tiere nicht: therapeutisch und pädagogisch qualifiziertes Personal ersetzen. Tiere können diesem dabei helfen, einen Menschen in seiner speziellen Situation besser und umfassender zu verstehen. Sie verändern die Atmosphäre im Therapieprozess und motivieren Kinder, Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen.

Welchen Nutzen Tiere speziell in der Behandlung von Angststörungen haben können, wurde bisher noch wenig wissenschaftlich erforscht. Einen Artikel dazu mit dem Titel „Tiergestützte Therapie in der Behandlung von Angststörungen – Spielerei oder wirksame Unterstützung“ hat die Diplompsychologin Johanna Lass-Hennemann (gemeinsam mit zwei Co-Autorinnen) in der Zeitschrift Psychotherapie im Dialog (PiD, 2/2015) veröffentlicht. Ihr Fazit: Tiere wirken stress- und angstreduzierend sowie stimmungsaufhellend. Diese Wirkungen könnten für die Behandlung aller Angststörungen von Nutzen sein. Der „soziale Katalysatoreffekt“ von Tieren kann außerdem vor allem in der Psychotherapie bei Patienten mit Sozialer Phobie oder Posttraumatischem Belastungssyndrom (PTBS) zu einem positiven Behandlungsverlauf beitragen. Denn diese haben oft Probleme, Kontakte zu anderen Menschen aufzubauen und vertrauensvolle Beziehungen zu anderen Menschen einzugehen. Neben der positiven Wirkung, die der alleinige Tierkontakt auf den Menschen hat, können Tiere u. a. als Verstärker, als Modelle oder zur Stärkung der Selbstwirksamkeitserwartung therapeutisch eingesetzt werden.

Tiere nehmen uns mit allen unseren Schwächen und Stärken, so wie wir sind – und das spüren wir. In den USA fand eine Psychologin heraus, dass selbst Papageien seelisch kranken Menschen helfen können. Lorin Lindner hatte mehrere traumatisierte Vögel in Obhut genommen und zufällig dabei entdeckt, dass sich der Umgang von PTBS-Patienten mit den intelligenten und sensiblen Papageien positiv auswirkte – und zwar sowohl auf die Menschen als auch auf die Tiere. In einer Reportage in der „New York Times“ vom 28.1.2016 schilderte sie, wie sie mit den Vögeln traumatisierten Kriegsveteranen helfen konnte: Traumatisierte Papageien und traumatisierte Menschen schienen sich gegenseitig zu therapieren. *JB*

