

# Tiergestützte Psychotherapie: Das Tier als «Eisbrecher»

**Der Einsatz von Tieren im Rahmen tiergestützter Interventionen erfreut sich grosser Beliebtheit. Ob Besuchshunde im Altersheim, Schulhunde im Klassenzimmer, die Haltung von Kaninchen in sozialpädagogischen Wohngruppen oder Hunde in der Psychotherapie – die Einsatzgebiete sind vielfältig. Dieser Artikel führt ein in die tiergestützte Psychotherapie mit Hunden und Pferden im Rahmen der Kinder- und Jugendpsychiatrie.**



Diana Ladner

von Diana Ladner

## Einleitung

**T**iergestützte Psychotherapie ist der Einbezug eines Tieres im Rahmen der Psychotherapie. Der Grundberuf des Therapeuten kann sowohl Psychiater als auch Kinder- und Jugendpsychiater als auch psychologischer Psychotherapeut sein. Das Therapietier wird jeweils in das gelernte Therapieverfahren integriert (im Fall der Autorin in ein verhaltenstherapeutisch orientiertes Setting). Aus der Dyade Therapeut/Patient entsteht eine Triade (Abbildung).

Tiergestützte Psychotherapie ist theoretisch begründet, das heisst nicht zufällig oder willkürlich, und hat den Anspruch auf Überprüfung der Wirksamkeit. Die Basis stellt das Beziehungsdreieck Patient–Tier–Therapeut dar. Es ist wichtig zu betonen, dass Tiere von sich aus keinen therapeutischen Prozess gestalten, vielmehr unterstützen und begleiten sie die vom Therapeuten gesteuerten Veränderungsprozesse.

Grundsätzlich ist der therapeutische Einbezug eines Tieres bei vielen psychiatrischen Symptomen, Störungsbildern und Entwicklungsstörungen von Kindern und

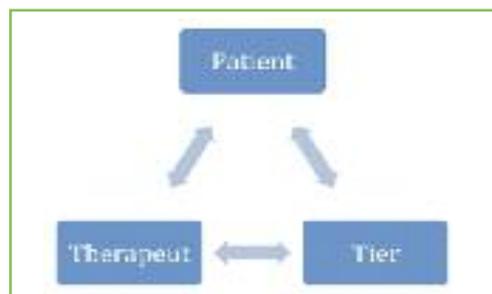


Abbildung: Beziehungsdreieck von Therapeut, Patient und Therapietier

Jugendlichen hilfreich, zum Beispiel bei depressiven Syndromen, Angststörungen, emotionaler Instabilität mit oder ohne selbstverletzendem Verhalten, Störungen der sozialen Interaktion, Autismus, ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätssyndrom) und vielen anderen. Ganz pauschal lässt sich sagen: je schwerwiegender die Störung, desto grösser der Mehrwert des Tieres. Therapieziele können in diesem Rahmen Stärkung des Selbstwertgefühls, Förderung der Empathie- und der Beziehungsfähigkeit oder beispielsweise eine Verbesserung von Ausdauer und Handlungsplanung sein.

Eine tiergestützte Psychotherapie wird angeboten, wenn eine psychiatrische Diagnose nach ICD-10 gestellt wurde, eine Affinität des Patienten zum Therapietier besteht und ein Mehrwert durch die Unterstützung des Tieres im therapeutischen Prozess angenommen werden kann.

## Was wirkt in der tiergestützten Psychotherapie?

In der Literatur über die Mensch-Tier-Beziehung gibt es verschiedene Ansätze zur Erklärung der besonderen Wirkungen der Tiere, die zum Teil bereits gut empirisch abgesichert sind (1).

Der Hund nimmt als «therapeutisches Medium» eine besondere Stellung ein, da Hunde ähnliche soziale Strukturen und Bedürfnisse wie Menschen besitzen. Sie sind einfühlsam, anpassungsfähig, können durch Mimik und Körpersprache kommunizieren, geniessen gemeinsame Aktivitäten und fordern zur Kontaktaufnahme auf. Hunde agieren naturgemäss «klientenzentriert», das heisst empathisch, nicht wertend, kongruent und mit bedingungsloser positiver Zuwendung.

Das ermöglicht eine offene und echt gemeinte Kontaktaufnahme zwischen Patient und Hund ohne Doppelbotschaften und Wertungen. Durch den intensiven Kontakt zum Hund (berühren, streicheln) wird eine Aus-

schüttung von Oxytocin ausgelöst. Dieses Hormon führt zur Senkung des Stresslevels durch eine Senkung des Kortisolspiegels. Angst und Anspannung werden so reduziert, gleichzeitig wird aber auch die Bindungsfähigkeit erhöht ([2], *Kasten 1*).

Ähnliches gilt für das Pferd. Durch seine physische Grösse und Präsenz, seine Eigenschaften als Fluchttier und die Fähigkeit, die Patienten tragen zu können, entstehen erweiterte Möglichkeiten im therapeutischen Prozess (*Kasten 2*).

**Welche Qualifikation ist erforderlich?**

Wichtig für ein seriöses Angebot ist in erster Linie die Ausbildung des Therapeuten. Es gibt von den beiden grossen im deutschsprachigen Raum agierenden Organisationen ESAAT und ISAAT (European and International Society for Animal Assisted Therapy) akkreditierte Weiterbildungsgänge, in denen sich der Therapeut mit den Herausforderungen des Einbezuges eines Tieres in den therapeutischen Kontext auseinandersetzen kann. Der Einbezug eines Tieres fordert nicht nur ethologisches Wissen, sondern auch Wissen um die artgerechte Ausbildung/Erziehung, die Formen der Kommunikation und die Interaktion mit dem Tier. Es liegt in der Hand des Therapeuten, die Fähigkeiten des Tieres zum Nutzen des Patienten in den therapeutischen Kontext zu integrieren. Hierfür ist eine umfassende Ausbildung unabdingbar. Teilweise wird die Ausbildung des Therapeuten noch durch eine Ausbildung des Tieres gemeinsam mit dem Therapeuten ergänzt (z.B. zum Therapiebegleithundeteam bzw. bei Pferden integriert in den Ausbildungsgang pferdegestützte Therapie). Letztlich ist es jedoch der Therapeut, der in der Lage sein muss, zu reflektieren, ob der Einsatz eines Tieres in diesem speziellen Fall sinnvoll ist, und dafür sorgen muss, dass sowohl für das Tier als auch für den Patienten ein Mehrwert entsteht. Auch ist es der Therapeut, der für die Sicherheit von Patient und Tier sorgt sowie das Therapiegeschehen lenkt und Schlüsse daraus zieht.



**Auf dem Bild ist Mayka zu sehen, ein Galgo Español. Die Themen der tiergestützten Therapie sind auf diesem Bild Vertrauen und Anlehnung.**

**Kasten 1:**  
**Therapierelevante Eigenschaften des Hundes**

- Menschen und Hunde besitzen ausgeprägte soziale Bezugssysteme
- normatives Verhalten des einzelnen Individuums in der Gruppe
- Anpassungsfähigkeit
- Bindungsfähigkeit
- Brutpflegeverhalten
- elterliche Aufzucht und Erziehung
- spezialisierte kommunikative Fähigkeiten
- kognitive Fähigkeiten, emotionale Fähigkeiten und Problemlösefähigkeiten

**Kasten 2:**  
**Therapierelevante Eigenschaften des Pferdes**

- hochsensibles Wahrnehmungssystem
- Fluchtinstinkt
- Pferd als «Spiegel» von Gefühlen und Stimmung
- wertfreie Rückmeldung
- Erleben positiver Erfahrungen und Aktivitäten
- Aufforderungscharakter des Pferdes
- Kooperationsbereitschaft des Pferdes
- physische Grösse

Der Beziehung zwischen Therapeut und Therapietier wird ein grosser Stellenwert zugeschrieben. Eine positive Wirkung ergibt sich nur dann, wenn eine konstante, intensive, positive und partnerschaftliche Beziehung zwischen Tier und Bezugsperson vorliegt. «Hunde ordnen Menschen dann als positiv ein, wenn diese ihre Bedürfnisse befriedigen und so zur Quelle positiver Emotionen werden. Hunde generalisieren ihre Erfahrungen mit ihren primären Bezugspersonen zumeist auch auf soziale Beziehungspartner (z.B. Patienten), auch wenn sie sehr wohl in der Lage sind, primäre und sekundäre Sozialpartner zu unterscheiden» (zitiert aus [3]). Nur wenn sich das Therapietier in Anwesenheit des Therapeuten sicher und angenommen fühlt, kann es auch mit dem Klienten in Interaktion treten. Der Therapeut muss in der Lage sein, Stresszeichen bei seinen Tieren zu erkennen. Positive Interaktionen entstehen nur mit entspannten Tieren, und auch der Kortisolspiegel von Hunden sinkt durch Streicheln durch den Besitzer (4). Die Gefahr von Übergriffen des Tieres gegenüber dem Klienten sollte schon im Vorfeld einer therapeutischen Aufnahme sorgfältig geprüft werden, und nur Tiere, die in Stresssituationen mit Rückzug statt mit Angriff reagieren, sollten für eine therapeutische Tätigkeit in Betracht gezogen werden.

**Tierethische Aspekte**

Jedes Therapietier ist artgerecht zu halten. Grundsätzlich sollten Tiere eingesetzt werden, die an Beziehung und Interaktion mit (fremden) Menschen interessiert sind und gerne auch körperlichen Kontakt herstellen. Artspezifische Bedürfnisse wie auch individuelle Besonderheiten des Therapietieres müssen bei der Planung

eines therapeutischen Einsatzes Berücksichtigung finden.

Die Aufnahme eines Kontaktes vom Tier zum Klienten ist immer freiwillig und kann vom Therapetier jederzeit abgebrochen werden. Auch steht der Therapeut in der Pflicht, das Tier vor möglichen Übergriffen eines Patienten zu schützen.

Die Zumutbarkeit des Einsatzes der Tiere im Berufsalltag muss für jedes Tier individuell betrachtet werden. Idealerweise werden die Tiere nur tageweise oder stundenweise eingesetzt und bekommen die nötigen Ausgleichszeiten innerhalb geregelter Strukturen mit ihren Besitzern und/oder in ihrem Rudel/ihrer Herde.

**Methoden und Ziele in der Arbeit mit einem Therapetier**

**Unterstützung der Diagnostik (exploratives Arbeiten):**

- Verhaltensbeobachtung des Patienten in der Interaktion mit dem Tier
- gemeinsame Verhaltensbeobachtung des Tieres (bei Pferden auch der Herde)
- Auswahl eines Tieres mit Reflektion (wenn verschiedene Tiere zur Auswahl stehen)
- freier Kontakt mit dem Tier.

**Unterstützung der Beziehung und der Kommunikation:**

- im Rahmen von Tätigkeiten: Fellpflege, spazieren gehen; bei Pferden Versorgung des Tieres, geführtes Reiten; bei Hunden Jagdspiele mit anschliessendem Füttern
- Konfliktfähigkeit verbessern («nicht perfekt sein müssen»)
- Nähe und Distanz regeln
- soziale Kompetenzen aufbauen (sich durchsetzen, etwas einfordern, Nein sagen, Grenzen setzen)
- Einfühlungsvermögen erwerben.

**Erkennen, Benennen und Stillen von Bedürfnissen:**

- Berührungen, Körperkontakt
- Bewegung mit Sinn
- Erfahren natürlicher körperlicher Prozesse
- positive Erlebnisse schaffen, natürliche positive Verstärkung
- Selbstakzeptanz aufgrund von wertfreier Annahme durch das Tier
- bei Pferden: getragen werden, Kontrolle abgeben, «loslassen»

- Entspannung mit dem Tier; Highlight: Entspannung auf dem Pferd.

**Training und Konfrontation:**

- realistische Einschätzung von Ängsten, wo sind diese sinnvoll, wo nicht/Abgrenzung von eigenen irrationalen Ängsten
- lernen, eigene Ängste zu überwinden, Situationen zu kontrollieren
- Aufgeben von Sicherheitsverhalten
- Durchsetzungsfähigkeit lernen, dominanteres Auftreten, Klarheit üben
- Aktivierung
- Generierung neuer Informationen – «Umlernen», «Entkatastrophisierung», Korrektur irrationaler Annahmen
- Förderung von Eigenständigkeit, Organisationsfähigkeit, Verantwortung.

**Worin liegt der Mehrwert des Einsatzes eines Tieres in der Psychotherapie?**

Durch die Aussicht auf ein tiergestütztes Psychotherapie-setting steigt bei therapiemüden, hoch ambivalenten und besonders auch bei Patienten, die grosse Schwierigkeiten in der Beziehungsgestaltung haben, häufig die Bereitschaft, eine Therapie überhaupt zu beginnen.

Untersuchungen von Prothmann zeigen, dass sich auch bei schwer beeinträchtigten Patienten, insbesondere auch bei Kindern und Jugendlichen, die Befindlichkeit bessert. Dies auch noch messbar nach Abschluss der tiergestützten Therapie (5).

Zu Beginn einer Therapie fungiert das Tier als «Eisbrecher», indem es die Beziehungsgestaltung zwischen Therapeut und Patient förderlich unterstützt. Es hilft, anfängliche Widerstände zu mindern, indem es eine angenehme offene Atmosphäre entstehen lässt, in der es leichter fällt, über die eigenen Probleme und Schwierigkeiten zu sprechen. Patienten haben dem Tier gegenüber weniger Erwartungen von persönlicher Ablehnung in der Kontaktaufnahme und machen keine entsprechenden Erfahrungen, da sich das Tier klientenzentriert verhält.

Unsichere Bindungsmuster, die in der frühen Kindheit erworben werden, werden auf neue Mensch-Mensch-Interaktionen übertragen, jedoch nicht auf eine Interaktion mit einem Tier. Hier besteht die Möglichkeit, ein sicheres Bindungsmuster zu etablieren und im Idealfall auf den Therapeuten und auch auf weitere Menschen zu übertragen. Des Weiteren wird der Vertrauensaufbau zum Therapeuten erleichtert, weil dieser seine ethischen Werthaltungen, seine Art der Beziehungsgestaltung und seine achtsame Art am Umgang mit dem Tier zeigen kann.

Im weiteren Prozess können Tiere die Patienten motivieren, sie auffordern, aktiv an der Therapie teilzunehmen und sich für therapeutische Massnahmen zu öffnen. Tiere wirken während der Sitzungen beruhigend und angstmindernd. Anspannungszustände werden dadurch reguliert oder verhindert, sodass fast meist durchgängig eine konstruktive Arbeitsatmosphäre besteht.

Besonders hilfreich sind hierbei triangulierende Betrachtungen wie: «Glaubst du, dass der Hund weiss, was du fühlst? Wie würde er deine Gefühlslage beschreiben?

**Zur Person:**

Diana Ladner ist Kinder- und Jugendpsychiaterin sowie Verhaltenstherapeutin und hat neben der Weiterbildung zur «Fachkraft für Tiergestützte Therapie», akkreditiert durch die ESAAT (European Society for Animal Assisted Therapy), die Zusatzqualifikation «Pferdegestützte Psychotherapie», IPTh (Institut für Pferdegestützte Therapie), erworben. Im Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst der Spital Thurgau AG hat Diana Ladner in den vergangenen Jahren das Angebot der tiergestützten Psychotherapie mit grosser Resonanz aufgebaut und arbeitet mittlerweile in eigener Praxis. Sie setzt drei ihrer vier im Haushalt lebenden Windhunde ein und bietet auch Therapiestunden mit ihren zwei Islandpferden an. Andere Psychotherapeuten setzen auch weitere Tiere wie Katzen, Lamas, Alpakas, Schafe, Esel und so weiter ein.



**Auf dem Bild ist Jade zu sehen, eine Magyar Agar-Hündin. Die Themen der tiergestützten Therapie sind auf diesem Bild «die gemeinsame Aktion, den Blick in die gleiche Richtung wenden.»**

(...)» Zudem werden neue Möglichkeiten eröffnet und kreative neue Verhaltensweisen erprobt, wenn sich die Patienten sicher fühlen und emotionale Unterstützung seitens des Tieres erfahren. Dadurch kann sich das innere Arbeitsmodell verändern wie auch die Erfahrung von Selbstwirksamkeit zunehmen.

Der Umgang mit dem Tier an sich fördert Achtsamkeit, und zwar in der Art der Kontaktaufnahme und Beziehungsgestaltung. Auch angeleitete Achtsamkeitsübun-

**Merkpunkte:**

- Tiergestützte Psychotherapie meint den Einbezug eines Tieres in das erlernte Therapieverfahren des Psychotherapeuten.
- Grundlage der therapeutischen Arbeit stellt das Beziehungsdreieck Patient-Tier-Therapeut dar.
- Die Komplexität des Aufgabenbereiches erfordert eine umfassende Zusatzqualifikation des Psychotherapeuten.
- Hypothesen zur Wirksamkeit werden aus der Forschung der Mensch-Tier-Beziehung generiert.
- Methoden und Ziele in der tiergestützten Psychotherapie beinhalten die Diagnostik, die Unterstützung von Beziehung und Kommunikation, das Erkennen, Benennen und Stillen von Bedürfnissen und auch Training und Konfrontation.

gen mit dem Hund werden direkt als angenehm erlebt, im Gegensatz zum Training der Achtsamkeit ohne Tier, welches erst nach einer etwa sechswöchigen Latenz täglichen Übens positive Auswirkungen zeigt.

Bei der Übertragung der Erfahrungen aus den Therapiestunden auf den Alltag der Patienten hilft die starke emotionale Kopplung durch das Erleben angenehmer Emotionen mit dem Tier und wirkt so als Ressource.

**Ist tiergestützte Psychotherapie evidenzbasiert?**

Der Beginn der modernen tiergestützten Therapie kann auf das Jahr 1962 datiert werden, in welchem der amerikanische Kinderpsychotherapeut Boris Levinson vom Hund als Kotherapeuten geschrieben hat (6). Sein Buch «Pet-oriented child psychotherapy» aus dem Jahr 1969 gilt auch heute noch als Standardwerk (7). Durch ihn rückten Tiere als therapeutische Begleiter in das wissenschaftliche Bewusstsein verschiedenster Disziplinen.

Ergebnisse aus der Erforschung der Mensch-Tier-Beziehung haben in der Folgezeit verschiedene Wirkfaktoren benennbar gemacht und belegen positive Wirkungen von Tieren auf den Menschen. Studien aus der Psychotherapieforschung, die den Ansprüchen der modernen evidenzbasierten Medizin gerecht werden, fehlen aber weitgehend und werden in absehbarer Zeit aufgrund der kleinen Gruppe der tiergestützt arbeitenden Psychotherapeuten und der besonderen methodischen Herausforderungen auch weiterhin kaum möglich sein.

*Korrespondenzadresse:*

*Diana Ladner  
 Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie  
 und -psychotherapie  
 Kinder- und Jugendpsychiatrie am Pflanzberg  
 Poststrasse 20  
 8274 Tägerwilen  
 E-Mail: [diana.ladner@hin.ch](mailto:diana.ladner@hin.ch)  
 Internet: [www.psychotherapie-pflanzberg.ch](http://www.psychotherapie-pflanzberg.ch)*

*Literatur:*

1. Olbrich, E., Otterstedt, C. (Hrsg.) (2003): Menschen brauchen Tiere – Grundlagen und Praxis der tiergestützten Pädagogik und Therapie. Franckh Kosmos Verlag.
2. Beetz, A., Kotrschal, K., Hediger, K., Turner, D., Uvnäs-Moberg, K.: The effect of a real dog, toy dog and friendly person on insecurely attached children during a stressful task: An exploratory study. *Anthrozoös* 2011, 24(4), 349–368.
3. Wohlfahrt, R., Mutschler, B. (2016): Praxis der hundegestützten Therapie. Ernst Reinhardt Verlag, S. 39.
4. Nagasawa, M. et al.: Oxytocin-gaze positive loop and the coevolution of human-dog bonds. *Science* 2015, Vol. 348, Issue 6232, pp 333–336.
5. Prothmann, A. (2012): Tiergestützte Kinderpsychotherapie. Peter Lang Verlag, S. 153f.
6. Levinson, B.: The dog as a «co-therapist». *Mental Hygiene* 1962; 179: 46–59.
7. Levinson, B.: Pet-oriented child psychotherapy. Charles C Thomas Pub Ltd; 2 edition (March 1, 1997).