

Tiergestützte Therapie: Fragen, Antworten und Definitionen

Von Dr. Rainer Wohlfahrth, Präsident der European Society for Animal Assisted Therapy (ESAAT) und Leiter des Animotion - Institut für tiergestützte Therapie in der Anima Tierwelt

1. Fragen und Antworten

Was ist tiergestützte Therapie?

Tiergestützte Therapie bedeutet, Tiere im therapeutischen Kontext einzusetzen. Sie ist kein eigenständiges Therapieverfahren, sondern unterstützt den Therapeuten bei seiner Arbeit. Dies kann psychologisch, pädagogisch oder sozialintegrativ sein und geschieht im Dreieck zwischen Klient, Therapeut (der meist auch die Bezugsperson für das Tier ist) und Tier. Das Tier kann als Eisbrecher die soziale Kontaktaufnahme erleichtern, den Klienten motivieren oder entstressen.

Warum werden Tiere als Co-Therapeuten eingesetzt?

Der Grund ist einfach: Tiere sind unvoreingenommen. Sie kümmern sich nicht um körperliche oder seelische Makel und nehmen eine Person so an, wie sie ist. Wo Krankheiten und Behinderungen mit Stigmatisierung einhergehen, ist diese tierische Neutralität wertvoll. Außerdem sind Tiere ein bewährtes Mittel zur Kontaktaufnahme zu Menschen. Selbst ein verschlossener Mensch, der schüchtern, ängstlich und skeptisch fremden Personen gegenüber ist, kann sich nur schwer dem Charme von Hund, Katze oder Kaninchen entziehen. Das ebnet den Weg zu einer tragfähigen Therapeut-Klient-Beziehung. Therapiemüden Menschen können Tiere helfen, wieder Freude an therapeutischen Aktivitäten zu entwickeln.

Tiere haben eine Vorfeldfunktion, weil sie die Atmosphäre, in der die eigentliche therapeutische oder pädagogische Arbeit stattfindet, positiv beeinflussen. Tiere öffnen also Türen und schaffen damit einen Zustand, in dem man gut weiterarbeiten kann. Damit gilt aber auch: **Tiere heilen nicht! Sie unterstützen den Therapeuten in seiner Therapie.**

Bei welchen medizinischen Indikationen können Tiere überhaupt helfen?

Die tiergestützte Therapie gilt als alternatives medizinisches Heilmittel bei seelischen und körperlichen Krankheitsbildern. Mit jeweils typischen Verhaltensweisen und Charaktereigenschaften unterstützen Tiere die Behandlung. Sie können auch präventiv wirken.

Tiergestützte Therapie ist keine eigenständige Therapieform. Sie ergänzt die klassischen Therapieverfahren, wie etwa Ergotherapie oder Physiotherapie, oder pädagogische Fördermaßnahmen. Um dies deutlich zu machen, wird von *tiergestützter* Physiotherapie, *tiergestützter* Ergotherapie oder *tiergestützter* Psychotherapie gesprochen.

Auch werden mit Tieren keine spezifischen Krankheiten behandelt. Tiere fördern das Vertrauen, die Sicherheit, das Mitteilungs- und Geselligkeitsbedürfnis sowie die Motivation und Kooperation des Klienten. So kann ein Therapeut zu einem traumatisierten Kind über das Medium Tier schneller Kontakt herstellen und halten. Auf dieser Grundlage ist die spezifische psychotherapeutische Arbeit erst möglich.

Wie helfen Tiere? Was bewirken Tiere bei den Patienten?

Tiere helfen in einem therapeutischen Prozess vor allem, indem sie die Kommunikation erleichtern, Angst und Stress mindern, das Wohlbefinden und die Motivation steigern. Besonders vom Einsatz von Tieren profitieren Menschen, die in unserer Welt der Sprache nicht oder nicht so gut zurechtkommen. Zum Beispiel Menschen mit Autismus, geistiger Behinderung, Demenz oder Menschen, die über ein Trauma nicht sprechen können.

Grund ist wahrscheinlich, dass diesen Menschen Empathie, also das Einfühlen können ohne viele Worte, sehr wichtig ist. Tiere sind meist sehr empathisch und wenden sich schnell und automatisch den emotionalen Befindlichkeiten eines anderen zu. Tiere sind präsent, sie brauchen dazu keine Worte. Damit können sie den Klienten da abholen wo er steht. Tiere haben auch keinen Erwartungsdruck und sind authentisch. Wenn sie zeigen, dass sie sich freuen, freuen sie sich tatsächlich. Sie kennen keine Höflichkeitsfloskeln.

Besonders Menschen mit psychischer Erkrankung haben oft Angst, ihre Gedanken Erwachsenen zu offenbaren. Tiere geben ihnen Möglichkeit, ganz unbeeinflusst von Wertung ihre Sorgen und Ängste auszusprechen.

Zudem zeigen zahlreiche Untersuchungen, dass die Anwesenheit eines Tieres Angst und Stress verringern und die Stimmung verbessern kann. Durch den positiven Mensch-Tier-Kontakt (wahrscheinlich vor allem Körperkontakt) wird Oxytocin (umgangssprachlich auch Kuschelhormon genannt) ausgeschüttet – was in der Regel positive Gefühle weckt.

Im Alltag der tiergestützten Therapie zeigt sich immer wieder, dass die Motivation steigt, wenn in eine therapeutische Situation Tiere einbezogen werden. Kinder waren interessierter und motivierter; zudem wuchsen Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl.

Neben dem direkten Kontakt zum Tier kann es auch therapeutisch wirksam sein, für das Tier etwas zu tun. Indem sie Tiere versorgen, erfahren Menschen, dass sie durch ihr Tun etwas bewirken. Die Fachsprache nennt dies Selbstwirksamkeit erfahren.

Gibt es besonders geeignete Tierarten?

Prinzipiell eignen sich alle Tierarten für Therapien in irgendeiner Form. Schließlich bringt jedes Tier seinen eigenen Charakter mit und kann entsprechend individuell auf die vorherrschende Problematik hin ausgewählt werden. Klassischerweise werden Haustiere wie Hund, Katze, Pferd oder Kaninchen eingesetzt. Aber auch Nutztiere wie Schafe, Ziegen, Esel, Schweine, aber auch Lamas oder Alpakas können sehr gute Therapiebegleiter sein.

Wildtiere, wie etwa Delphine, sollten nicht zu Therapiezwecken eingesetzt werden. Sie sind nicht auf den Menschen sozialisiert und können sogar Krankheiten übertragen.

Grundsätzlich müssen alle Tiere, die in der Therapie eingesetzt werden, an Menschen gewöhnt sein, ein friedliches, soziales, stressresistentes Verhalten haben und durch ihre Besitzer gut beeinflussbar sein. Wichtig ist, dass die Tiere ihre Stimmungen durch erkennbare Signale ausdrücken. In jedem Fall müssen Tier und Besitzer zueinander und zu ihrem Klienten passen. Eine positive Wirkung entsteht nur, wenn eine konstante, intensive, positive und partnerschaftliche Beziehung zwischen Tier und Bezugsperson besteht und für die Klienten erfahrbar wird.

Über die Eignung einzelner Tierarten bei unterschiedlichen Personen oder bei unterschiedlichen Störungen ist noch sehr wenig bekannt. Jedoch sollten die Klienten die Tiere wählen, mit denen sie Interaktionen aufnehmen möchten. Diese Wahl ist oft sogar gegenseitig, indem ein Tier auf einen Menschen reagiert.

Und wie geht es dem Tier dabei?

Sollen sich Lebensqualität und Fähigkeiten verbessern oder Ressourcen der Beteiligten genutzt werden, darf die Begegnung zwischen Mensch und Tier nicht dem Zufall überlassen werden. Die bloße Anwesenheit eines Tieres hat noch keinen Vorhersagewert für eine wünschenswerte therapeutische oder pädagogische Wirkung. Auch darf die oft erstaunliche Wirkung tiergestützter Therapie nicht dazu führen, dass Tiere instrumentalisiert, ausgebeutet oder überfordert werden. Der Schutz des Tieres besitzt absoluten Vorrang. Deshalb sollte nur mit gut sozialisierten Tieren gearbeitet werden, die Spaß am Umgang mit Menschen haben. Therapie mit Wildtieren, also auch mit Delphinen, lehnen die großen Organisationen in diesem Feld aus Tierschutzgründen strikt ab.

2. Definitionen

Tiergestützte Intervention (TGI) ist eine zielgerichtete und strukturierte Intervention, die bewusst Tiere in Gesundheitsfürsorge, Pädagogik und Sozialer Arbeit einbezieht und integriert, um therapeutische Verbesserungen bei Menschen zu erreichen. Tiergestützte Interventionen beziehen Teams von Mensch und Tier in formale Ansätze wie Tiergestützte Therapie (TGT) und Tiergestützte Pädagogik (TGP) ein; unter bestimmten Voraussetzungen auch in Tiergestützte Aktivitäten (TGA).

Tiergestützte Therapie (TGT) ist eine zielgerichtete, geplante und strukturierte therapeutische Intervention, die von professionell im Gesundheitswesen, der Pädagogik oder der Sozialen Arbeit ausgebildeten Personen angeleitet oder durchgeführt wird. Fortschritte im Rahmen der Intervention werden gemessen und professionell dokumentiert. TGT wird von beruflich (durch Lizenz, Hochschulabschluss oder Äquivalent) qualifizierten Personen im Rahmen ihrer Praxis innerhalb ihres Fachgebiets durchgeführt und/oder angeleitet. TGT strebt die Verbesserung physischer, kognitiver, verhaltensbezogener und/oder sozio-emotionaler Funktionen bei individuellen Klienten an.

Tiergestützte Pädagogik (TGP) oder Tiergestützte Erziehung ist eine zielgerichtete, geplante und strukturierte Intervention, die von professionellen Pädagogen oder gleich qualifizierten Personen angeleitet und/oder durchgeführt wird. TGP wird von (durch einen einschlägigen Abschluss) in allgemeiner Pädagogik oder Sonderpädagogik qualifizierten Lehrpersonen durchgeführt. Lehrpersonen, die TGP durchführen, müssen Wissen über die beteiligten Tiere besitzen. Ein Beispiel für Tiergestützte Pädagogik durch einen Schulpädagogen sind Tierbesuche, die zu verantwortungsbewusster Tierhaltung erziehen sollen. Von einem Sonder- oder Heilpädagogen durchgeführte TGP wird auch als therapeutische und zielgerichtete Intervention angesehen. Der Fokus der Aktivitäten liegt auf akademischen Zielen, auf pro-sozialen Fertigkeiten und kognitiven Funktionen. Fortschritte der Schüler werden gemessen und dokumentiert. Ein Beispiel für TGP, die durch einen Sonderpädagogen durchgeführt werden kann, wäre ein hundegestütztes Lesetraining.

Tiergestützte Aktivitäten (TGA) sind geplante informelle Interaktionen/Besuche, die von Mensch-Tier-Teams mit motivationalen, erzieherischen/bildenden oder entspannungs- und erholungsfördernden Zielsetzungen durchgeführt werden. Die Mensch-Tier-Teams müssen wenigstens ein einführendes Training, eine Vorbereitung und eine Beurteilung durchlaufen haben, um im Rahmen von informellen Besuchen aktiv zu werden. Mensch-Tier-Teams, die TGA anbieten, können auch formal und direkt mit einem professionell qualifizierten Anbieter von gesundheitsfördernden, pädagogischen oder sozialen Leistungen hinsichtlich spezifischer und dokumentierter Zielsetzungen zusammenarbeiten. In diesem Fall arbeiten sie im Rahmen einer TGT oder TGP, die von einer professionellen, einschlägig ausgebildeten Fachkraft in ihrem jeweiligen Fachgebiet durchgeführt wird. Beispiele für TGA umfassen tiergestützte Hilfe bei Krisen, die darauf abzielt, Menschen nach einer Traumatisierung, einer Krise oder Katastrophe Trost und Unterstützung zu geben oder auch einfache Tierbesuchsdienste für Bewohner von Pflegeheimen.

Pressekontakte

...e&p! ursula ellenberger
Mail: ellenberger@eundp.com
Tel.: 0761/59233-12
www.eundp.com

Anima Tierwelt Breitenbrunnen
Geschäftsführerinnen
Maria Wruck, Davina Schmitz
Mail: info@anima-tierwelt.de
Tel.: 07221/210366
www.anima-tierwelt.de

Ani.Motion-Institut für Tiergestützte Therapie
Dr. Rainer Wohlfarth
Mail: r.wohlfarth@anima-tierwelt.de
Tel.: 0152/53649367