



Mit dem Therapiehund in humorvoller Interaktion

In Anwesenheit eines entspannten Hundes in Spiellaune fühlt sich der Mensch wohl und die Stimmung steigt.

Wie der Clown, darf auch der Hund alles ausprobieren: mutig und auch ängstlich sein, frech, albern, schüchtern und chaotisch. Und doch findet er immer eine Lösung, wissend der zahlreichen Möglichkeiten, die auf ihn warten. Er lenkt den Blick weg von Defiziten, ganz gezielt hin auf all das, was schon da ist und was daraus alles Wunderbares entstehen kann.

Er ist wertschätzend und unbefangen und erkennt schnell unsere Ressourcen. Seine spielerische Einstellung bringt Leichtigkeit und erhöht die Chance, öfter herzlich zu lachen.

Hunde lieben den Menschen vorbehaltlos, einfach so wie er ist. Diese Zuneigung stärkt das Selbstbewusstsein.

Die Stimmung des Therapiehundes zieht an, wenn er lächelt, feuern die Spiegelneuronen. Diese Nervenzellen sind die Basis von Intuition und Empathie, bestimmen unser Bauchgefühl und die Fähigkeit zu lieben. Voraussetzung dafür ist ein ausgeglichener Hund und sein menschlicher Partner, der die «hundliche» Kommunikation erkennt und ernst nimmt.

Hunde verhalten sich therapeutisch so fabelhaft, dass sie sich auch bei körperlichen Übergriffen

durch aggressives Verhalten nicht wehren würden. Der Tierbegleiter muss rechtzeitig eingreifen, denn die Partner mit der kalten Schnauze kommunizieren ihren Widerwillen mit subtilen Signalen und nicht so eindeutig wie beispielsweise ihre Vorfahren, die Wölfe. Durch die Domestikation sind die Hunde genetisch darauf vorbereitet, menschliche Kontrolle zu akzeptieren. Das Therapiehundetraining baut dies noch aus. Es wird viel von ihnen erwartet: Die Vierbeiner tolerieren die intensive

Aufmerksamkeit und Kontaktsuche durch die Menschen und kommen ihnen liebevoll entgegen, auch wenn sie diese kaum kennen und deren Bewegungen und Geräusche oft stark von den ihnen bekannten und gewöhnlichen Mustern abweichen. Und da unsere Hunde beziehungshungrig sind, lassen sie sich auch nicht abweisen. Ist jemand traurig und der Hund leckt, so fällt das Lachen wieder leichter. Der Hund lernt, diese Aktion zu wiederholen, denn das Lachen des Klienten ist für ihn wie ein Dopamin-Kick.

Und für den Klienten ist dies eine humorvolle, ungewohnte Perspektive, die neue Blickwinkel ermöglicht. Wenn ich über die Schwierigkeiten des Alltags lachen kann, bekomme ich Distanz und werde gelassener. Das eröffnet mir neue Handlungsmöglichkeiten und es entsteht mehr Platz für Lebenslust. Wenn ich mich selbst nicht immer so ernst nehme, kann plötzlich aus einem schweren, belastenden Stein ein Ballon werden, der in die Luft steigt. Herzhaftes Lachen entspannt auch auf körperlicher Ebene enorm. Der Ausstoß von Stresshormonen lässt nach, stattdessen produziert der Körper beglückende Endorphine. Humor, Kreativität und Phantasie sind Geschwister. Wie Albert Einstein schon sagte, ist Phantasie wichtiger als Wissen, denn Wissen ist begrenzt.

Wie wirkt der Therapiehund?

Allein der Anblick eines Tieres entspannt. Die Ausschüttung des Stresshormons Kortisol sinkt, dafür schüttet das Gehirn vermehrt das Wohlfühlhormon Oxytocin und das Glückshormon Serotonin aus. Streicheln wir das flauschige Fell, sinkt unser Hautwiderstand, ebenfalls ein Zeichen von Entspannung. Der Hund spürt, wenn wir traurig sind oder Angst haben und zeigt seine Anteilnahme, indem er unsere Hand leckt oder sich neben uns hinlegt und vermittelt: «Du bist nicht allein.» Hunde lieben den Menschen vorbehaltlos, einfach so wie er ist. Diese Zuneigung stärkt das Selbstbewusstsein. Im Beisein des Hundes spüren wir die Leichtigkeit, die uns erlaubt Fehler zu machen, um zu lernen.

Hunde dienen als Eisbrecher. Kinder bringen Tieren spontan Vertrauen entgegen, unsichere Bindungsmuster werden nicht auf Tiere übertragen. Sie bieten die Möglichkeit angenehmer Berührung und Körperkontakt. Wenn es jemandem schlecht geht, kann er seinen emotionalen Zustand oft schwer in Worte fassen. Hunde bieten Urlaub von der Rolle des Versorgten. Wenn ich pflegebedürftig

bin, immer umsorgt werden muss, ist es ein schönes Gefühl, wenn ich jemanden umsorgen darf. Hunde legen eine Brücke zum Klienten. Es kommt zur Reduktion von Angst und Stress, Depressionen und Schmerzen gehen zurück. Angst ist für soziales und kognitives Lernen hinderlich. Der Hund verbessert die Stimmung, die Kinder lachen.

Weiters belegen Studien, dass der Vierbeiner Depressivität mehr reduziert als vergleichbare andere Interventionen, zum Beispiel die alleinige Spieltherapie ohne Hund. Die freundliche Kontaktaufnahme mit dem Hund, mit ihm zu sprechen und ihn anzulächeln, führt zu mehr positiver Aufmerksamkeit. Hunde haben einen sozialen Katalysatoreffekt, sie fördern soziale Interaktionen zwischen Menschen. Die therapeutische Beziehung verbessert sich mit Tieren nachweislich, durch seinen Hund erlangt der Mensch einen Vertrauensvorschuss. Hunde fördern die Orientierung und haben eine entspannende Wirkung. Die nonverbale Kommunikation ist im Vordergrund, das Tier achtet auf die Körpersprache. Hunde sind authentisch und reagieren so, wie ihnen gerade ist. Sie haben einen Aschenputteleffekt, jeder ist in ihren Augen ein Prinz oder Prinzessin, sie stellen keine Anforderung an ein Schönheitsideal. Und Hunde haben Signalwirkung, ruhende Tiere zeigen Sicherheit, wenn Tiere weglaufen, ist irgendwo etwas los. Unsere Vierbeiner bringen Natur und wirken gegen die immer technisierte Umwelt. Abschließend ein wesentlicher Faktor für das Training mit Kindern und Jugendlichen: Tiergestützte Intervention ist Kuscheltherapie. Sie ist deswegen so wertvoll, weil sie etwas kann, was ich als Mensch nicht so gut kann. Vgl. Beetz, A. (2012): Hunde im Schulalltag, Ernst Reinhardt Verlag München Basel, S. 75 ff. ■

Mag. Brigitte Girard

Akademisch geprüfte Fachkraft für Tiergestützte Therapie
und Fördermaßnahmen (i.A.)

Therapiehund & Co, Tiergetragene Therapie

Literatur

Julius, H.; Beetz, A.; Kotrschal, K.; Turner, D.;
Uvnäs-Moberg K. (2012):

Attachment to Pets: An Integrative View of
Human-Animal Relationships with Implications
for Therapeutic Practice

Hogrefe: in press.

*Hunde legen eine
Brücke zum Klienten.
Er verbessert die Stimmung und
die Kinder lachen.*