

Gerd Ganser



Hundegestützte Psychotherapie

Einbindung eines Hundes
in die psychotherapeutische Praxis

Gerd Ganser

Hundegestützte Psychotherapie

This page intentionally left blank

Gerd Ganser

Hundegestützte Psychotherapie

Einbindung eines Hundes in die
psychotherapeutische Praxis

Gerd Ganser

Ebertplatz 8, 78467 Konstanz

E-Mail: praxis.ganser@t-online.de

Web: www.praxis-ganser.de



Ihre Meinung zu diesem Werk ist uns wichtig!
Wir freuen uns auf Ihr Feedback unter www.schattauer.de/feedback
oder direkt über QR-Code.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Besonderer Hinweis:

Die Medizin unterliegt einem fortwährenden Entwicklungsprozess, sodass alle Angaben, insbesondere zu diagnostischen und therapeutischen Verfahren, immer nur dem Wissensstand zum Zeitpunkt der Drucklegung des Buches entsprechen können. Hinsichtlich der angegebenen Empfehlungen zur Therapie und der Auswahl sowie Dosierung von Medikamenten wurde die größtmögliche Sorgfalt beachtet. Gleichwohl werden die Benutzer aufgefordert, die Beipackzettel und Fachinformationen der Hersteller zur Kontrolle heranzuziehen und im Zweifelsfall einen Spezialisten zu konsultieren. Fragliche Unstimmigkeiten sollten bitte im allgemeinen Interesse dem Verlag mitgeteilt werden. Der Benutzer selbst bleibt verantwortlich für jede diagnostische oder therapeutische Applikation, Medikation und Dosierung.

In diesem Buch sind eingetragene Warenzeichen (geschützte Warennamen) nicht besonders kenntlich gemacht. Es kann also aus dem Fehlen eines entsprechenden Hinweises nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Namen und Eigenschaften der Patienten in den aufgeführten Fallbeispielen wurden durch den Autor geändert.

Das Werk mit allen seinen Teilen ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert werden.

© 2017 by Schattauer GmbH, Hölderlinstraße 3, 70174 Stuttgart, Germany

E-Mail: info@schattauer.de

Internet: www.schattauer.de

Printed in Germany

Lektorat: Marion Lemnitz, Berlin

Projektleitung: Dr. Sandra Schmidt

Umschlagabbildung: Golden Retriever © highwaystarz – Fotolia.com

Satz: abavo GmbH, Buchloe

Druck und Einband: AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten/Allgäu

Auch als E-Book erhältlich:

ISBN 978-3-7945-9013-1

ISBN 978-3-7945-3185-1

Vorwort

Schon als Kind wollte ich immer einen Hund haben. Wie bei vielen Kindern blieb es auch bei mir beim unerfüllbar erscheinenden Wunsch. Im Studium und während meiner ersten angestellten Tätigkeiten in zwei Kliniken, einer Beratungsstelle und einer psychiatrisch/psychotherapeutischen Praxis, erschien es mir unrealistisch, einen Hund zu haben, denn wo sollte der Hund während der Arbeitszeit bleiben? Einen Hund zu halten, der tagsüber zu Hause ist und nur in der knapp bemessenen Freizeit Beschäftigung und Aufmerksamkeit bekommt, empfand ich für den Hund als nicht attraktiv bzw. nicht zumutbar. Mittlerweile in einer eigenen psychotherapeutischen Praxis arbeitend, traf ich eher zufällig beim Surfen im Internet auf die *tiergestützte Therapie und Pädagogik*. Nun überlegte ich, wie es wäre, wenn der Hund in die Psychotherapie einbezogen würde und damit auch während der Arbeitszeit Ansprache und Kontakt hätte? Wäre dies gut für den Hund, für die Patienten? Und wie würde sich dadurch die Psychotherapie verändern?

Zunächst studierte ich die Literatur zu diesem Thema. Es gibt zahlreiche Forschungen und Veröffentlichungen zur tiergestützten Therapie und Pädagogik, wobei hier – von Pferden, Lamas, Katzen bis hin zu Fischen und Insekten – die verschiedensten Tiere eingesetzt werden. Hunde sind eine Untergruppe dieser inzwischen doch ansehnlichen Bewegung. Die Einsatzbereiche von Hunden sind dabei breit gestreut, finden in unterschiedlichsten Settings mit den jeweiligen spezifischen Rahmenbedingungen statt und verfolgen verschiedene Ziele. Für die Pädagogik gibt es umfassende Konzepte; auch Ergotherapeuten, Sprachtherapeuten oder Physiotherapeuten¹ setzen Hunde in der Praxis ein und berichten darüber. Dabei geht es meist um die allgemein anerkannten positiven Auswirkungen, welche die *Anwesenheit* eines Hundes per se mit sich bringt und die als allgemeine Wirkfaktoren beschrieben werden.

Wenig gab und gibt es allerdings zum Einsatz eines Hundes in der Psychotherapie zu lesen. Auch meine Fragen zum ganz konkreten Arbeiten mit dem Hund im psychotherapeutischen Setting blieben zunächst unbeantwortet. Wie genau kann ein Hund aktiv in das therapeutische Gespräch und Geschehen einbezogen werden – über das Streicheln, Kunststücke machen und mit Leckerlis belohnen hinaus? Was macht den Unterschied aus zwischen dem Kontakt mit Tieren im *normalen Leben* und den Begegnungen mit Tieren im therapeutischen und pädagogischen Kontext?

Bei meinen Recherchen stieß ich dann auf www.wikkegaard.de, die Homepage von Margarete Weiler, einer analytischen Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, die schon vor Jahrzehnten ihren Hund in ihrer analytischen Praxis

¹ Ich versuchte zunächst, eine Schreibweise umzusetzen, in der die männliche und die weibliche Form gleichberechtigt oder abwechselnd genutzt wird, habe mich letztlich aber wegen der besseren Lesbarkeit dafür entschieden, durchgängig die männliche Form zu nutzen, wenn kein bestimmtes Geschlecht gemeint ist.

einsetzte. Nachdem sie ihre Praxistätigkeit altersbedingt beendet hatte, zog sie nach Dänemark, um dort über ihre Erfahrungen mit ihren Hunden in der psychotherapeutischen Praxis zu schreiben. Doch einmal in der Natur Dänemarks angekommen, reizte es sie zunächst, noch mehr über Hunde zu erfahren. So gründete sie 2003 Wikkegaard als anerkannte Hundezucht. Sie sammelte Erfahrungen in der Aufzucht von Golden und Labrador Retrievern, im Zusammenleben mit vielen Hunden und studierte deren Verhalten im Rudel.

Mit dem Gelesenen im Kopf fuhr ich dann zum ersten Mal nach Dänemark, um Margarete Weiler zu treffen und vielleicht einen ihrer Hunde zu erwerben. Als ich dann Frau Weiler auf ihrem Hof begegnete, wurde mir schnell klar, dass ich mein erworbenes Bücherwissen zum großen Teil vergessen konnte. Da lebte eine erfahrene Psychoanalytikerin und Hundekennerin mit ihren vielen Hunden auf eine Art und Weise zusammen, welche die mitgebrachten Konzepte und Vorstellungen auf einmal völlig irrelevant und teilweise auch falsch erscheinen ließen. Sie praktizierte ein Zusammenleben mit den Hunden, das auf beeindruckende Weise auf gegenseitigem Respekt, Bindung und Beziehung aufgebaut war. Fragen von Dominanz, Dressur und Funktionalität, die in der Hundeliteratur hauptsächlich behandelt wurden, spielten hier einfach keine Rolle oder waren nicht von vordringlicher Bedeutung.

Ich erlebte Margarete Weiler und ihren Umgang mit den Hunden so, dass die je arteigene Natur der Spezies Mensch und der Spezies Hund Raum bekam und berücksichtigt wurde. Die Beziehungsqualität war geprägt von gegenseitiger Freude und Vertrauen. Nicht nur in den Trainingsstunden, sondern auch in den Gesprächen über die Einbeziehung eines Hundes in die psychotherapeutische Arbeit konnte ich das Anliegen von Margarete Weiler erkennen, ein lebendiges *ebenbürtiges Miteinander von Mensch und Hund* entstehen oder besser gesagt geschehen zu lassen. Es herrschte eine Atmosphäre, in der ein Hund ein Hund sein darf und ein Mensch ein Mensch ist, in der sich *beide* verstehen und miteinander leben und arbeiten *wollen*. Die kleine Wikkegaard-Welt war getragen von einem Sich-aufeinander-Einstellen, Sich-Verstehen und einem Sich-miteinander-Abstimmen, immer verbunden mit der interessierten analytischen Grundfrage: Wie können wir das, was vor sich geht, begreifen?

Natürlich war meine Entscheidung schnell gefallen. Diese gespürte Lebendigkeit übte eine große Anziehungskraft auf mich aus und ich war fasziniert von der Vorstellung, diese Vitalität in meine tägliche Arbeit, in die therapeutischen Prozesse einzubringen.

In Vorahnung einer aufregenden Zeit verließ ich Wikkegaard gemeinsam mit der Golden-Retriever-Hündin Danka aus dem D-Wurf von Wikkegaard und der Zusage von Frau Weiler, meine Ausbildung zu übernehmen.

Zurück in meiner Praxis änderte sich einiges sofort und unmittelbar spürbar, anderes musste erst noch entwickelt werden. Es gab die mündlich übermittelten Erfahrungen von Margarete Weiler, aber noch kein schriftlich formuliertes Konzept, was ich tun kann bzw. muss, um Danka in die Therapie zu integrieren. Für Frau Weiler war es immer wichtig, dass ein Konzept für hundegestützte Psychotherapie mit ihrer psychoanalytischen Heimat kompatibel ist. Dies war allerdings schwierig,

solange wir versuchten, die älteren analytischen Konzepte anzuwenden. Um das Geschehen in der Praxis besser zu verstehen, begann ich, die Stunden auf Video aufzunehmen und in zahllosen Gesprächen mit Frau Weiler zu reflektieren. Bevor ich „auf den Hund gekommen“ war, hatte ich mich eingehend mit den neueren Ansätzen der Säuglingsforschung und der Bindungstheorie beschäftigt. Als ich in den Videos sah, wie sich Hund und Mensch auf der nonverbalen Ebene auf das Feinste abstimmen, begann ich, diese Konzepte auf die Begegnungssituationen zwischen Patient, Therapeut und Hund zu übertragen. Das war ein guter Ansatzpunkt, um die Interaktionen zwischen Danka und den Patienten besser zu verstehen, denn die Säuglings- und Bindungsforscher beschäftigten sich mit den Begegnungen eines sprachbegabten, reflexiven Subjekts (der Mutter) mit einem noch nicht reflexiven Subjekt (dem Baby). Analog begegnet ein reflektierender Mensch dem nicht sprachbegabten Hund. Diese Sichtweise öffnete dann auch die Tür zu den modernen analytisch/tiefenpsychologischen und humanistischen Konzepten, die in diesem Buch beschrieben werden und die Theorie hinter der Praxis bilden.

Mit den Jahren erhielt Frau Weiler immer mehr Anfragen von pädagogischen und psychotherapeutischen Kollegen, sodass sie sich entschloss, nicht mehr jeden Therapeuten bzw. Pädagogen einzeln auszubilden, wie das bei mir noch der Fall war, sondern eine strukturierte Weiterbildung anzubieten. Gemeinsam mit anderen hundeefahrenen Dozenten führen wir seitdem in Dänemark Weiterbildungen in tiergestützter Therapie und Pädagogik mit dem Schwerpunkt Hund durch, einschließlich der Ausbildung des eigenen Hundes. Besonderen Wert legen wir dabei auf eine respektvolle Haltung angesichts der *Individualität* von Hund, Mensch und Situation, auf achtsames Beobachten, Wahrnehmen und Reflektieren, auf die Verbindung zwischen konzeptuellem Wissen und erfahrendem Wahrnehmen. Demzufolge nehmen Supervisionen, Fallbesprechungen und Überlegungen zur optimalen Gestaltung der individuellen Rahmenbedingungen in unserer Weiterbildung einen großen Raum ein.

Das hier vorgestellte Konzept konnte ich im Rahmen der Ausbildungen mit den psychotherapeutischen und pädagogischen Kollegen diskutieren, weiter ausarbeiten und immer wieder die praktischen Erfahrungen mit der Theorie verknüpfen. Teilweise waren in den Kursen sehr erfahrene Kollegen, ja auch einige echte Kapazitäten unseres Fachs vertreten, deren Erfahrungen und kritische Anmerkungen in das Konzept eingeflossen sind. Ohne die „Gründungsmutter“ Margarete Weiler, aber auch ohne die intensive Auseinandersetzung mit den Fachkollegen, wäre das hier vorgestellte Konzept so nicht entstanden. In den Kursen und durch die Supervisionen mit den Kollegen konnte ich meine persönlichen Erfahrungen mit Danka auf ihre allgemeine Gültigkeit überprüfen. Inzwischen setzen die Kollegen dieses Konzept in ihrer Praxis erfolgreich um, und zwar unabhängig von ihrer psychotherapeutischen Orientierung und auch weitgehend unabhängig von Alter, Charakter und Rasse ihres Hundes.

Bedanken möchte ich mich zunächst natürlich bei Margarete Weiler, der Pionierin in der hundegestützten Psychotherapie, ohne die dieses Buch nicht denkbar wäre. Sie hat mich während dessen Entstehung persönlich und fachlich intensiv unterstützt – und in gewisser Hinsicht ist dies auch ihr Buch. Einen besonderen

Dank möchte ich auch den Dozenten und Kursteilnehmern von Wikkegaard aussprechen für das gemeinsame Denken, Verstehen, Fragen, Kritisieren, Reflektieren und Diskutieren. Allen voran verdanke ich Heike Bienert, Gisela Böwing und Isabell Hillebrand ein vertieftes Verständnis für Hunde und deren Einsatz im pädagogischen Kontext. Auch bei meinen Patienten möchte ich mich bedanken, denn sie haben mir letztlich gezeigt, wie hundegestützte Therapie geht und wo ich auf dem Holzweg war.

Dieses Buch wäre nicht möglich geworden ohne die unermüdliche persönliche und fachliche Hilfe meiner Frau Kerstin, die als Focusing-Therapeutin in eigener Praxis ebenfalls hundegestützt arbeitet und in der Wikkegaard-Ausbildung die Selbsterfahrungs- und Supervisionsprozesse leitet. In zahllosen Gesprächen reflektierten wir gemeinsam jeden neuen Gedanken, jeden sich öffnenden Zusammenhang und die Erfahrungen mit unseren Hündinnen. Danke!

Ich danke dem Schattauer Verlag für die Aufnahme des Buches und besonders Frau Dr. Sandra Schmidt für die immer freundliche und kompetente Begleitung bei dessen Entstehung und Gestaltung. Frau Marion Lemnitz danke ich für das hervorragende Lektorieren des Manuskriptes. Ihr feines Gefühl für Sprache, verbunden mit einer exakten wissenschaftlichen Arbeitsweise, hat die Lesbarkeit des Textes erheblich verbessert und den Inhalt verständlicher gemacht.

Ein tiefes Gefühl der Dankbarkeit empfinde ich Dank gegenüber, aber es macht wenig Sinn, ihr hier schriftlich zu danken – besser, wir gehen eine Runde raus ...

Konstanz, im November 2016

Gerd Ganser

Inhalt

1	Einleitung	1
2	Tiergestützte Intervention	6
2.1	Forschungsergebnisse	8
2.2	Wissenschaftliche Konzepte zur tiergestützten Intervention	10
2.2.1	Bindungsforschung	10
2.2.2	Biophilie	12
2.2.3	Schichtenmodelle	13
2.2.4	Humanistische Psychologie	15
2.2.5	Konzept »freundlicher Hund«	16
3	Mensch und Hund – Eine besondere Beziehung	19
3.1	Gemeinsame Entwicklung und Kooperation	19
3.2	Die Spürnase	22
4	Veränderungsprozesse	25
4.1	Die lokale Ebene	27
4.1.1	Abstimmungsprozesse	29
4.1.2	Innere Arbeitsmodelle	30
4.1.3	Innere Arbeitsmodelle in der Therapie	32
4.2	Perspektivenwechsel	33
4.3	Vitalitätsformen	35
5	Embodiment und Focusing	40
5.1	Embodiment	40
5.2	Focusing: Dialog mit dem Körper	43
6	Erste Begegnungen	49
7	Die Szene, das Berühren und das Wollen	56
7.1	Die Szene	56
7.2	Das Berühren und das Wollen	61
8	Dialog mit dem Tier	67
8.1	Kulturelle Prägung	74

8.2	Individuelle Erfahrungen	75
8.3	Tiefenpsychologische Aspekte	75
8.4	Fazit	76
9	Triade Patient-Therapeut-Hund	77
9.1	Triangulierung	83
9.2	Triangulierungsstörungen	86
9.3	Triadische Szenen in der Praxis	90
9.3.1	Ist der Hund ein Dritter?	90
9.3.2	Triadische Kompetenzen	92
9.3.3	Triangulierungsstörungen	95
9.4	Triadische Szene	100
10	Therapeutische Grundhaltung	105
10.1	Intentionale Kommunikation	105
10.2	Bedeutung finden und schaffen	110
10.3	Achtsamkeit und Respekt	112
10.4	Neues Erleben	115
10.5	Fokus: Beziehungsmuster	119
10.6	Interaktion, Begegnung und Beziehung	122
10.7	Risiko Intersubjektivität	125
11	Mentalisieren	128
11.1	Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit	129
11.2	Mentalisierungsfähigkeit	132
11.3	Mentalisieren in der Psychotherapie	133
11.4	Mentalisierungsbasierte Haltung und Interventionen	136
12	Mentalisieren in der hundegestützten Psychotherapie	141
12.1	Position: Therapeut als Dritter	142
12.1.1	Den Patienten mentalisieren	143
12.1.2	Den Hund mentalisieren	144
12.1.3	Die Beziehung/Interaktion mentalisieren	146
12.1.4	Den Therapeuten (als Beobachter) mentalisieren	147
12.2	Position: Patient als Dritter	148
12.2.1	Den Therapeuten mentalisieren	150

12.2.2	Den Hund mentalisieren	151
12.2.3	Die Beziehung/Interaktion mentalisieren	153
12.2.4	Den Patienten (als Beobachter) mentalisieren	154
12.3	Position: Hund als Dritter	155
12.3.1	Den Patienten mentalisieren	157
12.3.2	Den Therapeuten mentalisieren	157
12.3.3	Die Beziehung/Interaktion mentalisieren	158
12.3.4	Den Hund (als Beobachter) mentalisieren	159
12.4	Position: Triadisches Spiel	160
12.4.1	Den Patienten mentalisieren	162
12.4.2	Den Therapeuten mentalisieren	163
12.4.3	Den Hund mentalisieren	164
12.4.4	Die Beziehung/Interaktion mentalisieren	165
13	Der Therapiehund	167
13.1	Das Setting	167
13.2	Die Begrüßungsszene	169
13.3	Der Therapiehund	170
13.4	Die Ausbildung	171
14	Ausblick	173
	Literatur	174
	Sachverzeichnis	183

This page intentionally left blank

1 Einleitung

Ist eine Psychotherapie nicht ein hochkomplexes und oft schwieriges Unterfangen? Warum sollte man versuchen, zusätzlich noch einen Hund in die Therapie zu integrieren? Erschwert dies nicht die Arbeit zusätzlich? Meine Antwort darauf lautet: Ja und Nein! Ja – die Psychotherapie wird durch die Einbindung eines Hundes sogar noch komplexer, als sie ohnehin schon ist. Nein – die Integration des Hundes macht die Therapie nicht mühsamer, sondern gleichzeitig leichter und tiefer.

Wenn der Therapiehund beispielsweise mit seiner feuchten Nase die Hand des Patienten anstupst, um ein Leckerli oder eine Streicheleinheit einzufordern, wenn er engagiert dem geworfenen Ball hinterherjagt, wenn sich der Hund durch Bellen gegen hektische Bewegungen wehrt, wenn er ängstlich schüchtern zum neuen Patienten schleicht oder freudig schwanzwedelnd den geliebten und bekannten Patienten begrüßt, wenn er einmal brav das apportierte Kuscheltier hergibt, um es aber ein anderes Mal frech oder selbstbewusst nicht mehr herzugeben – dann ist mit dem Hund eine natürliche Lebendigkeit in das therapeutische Setting eingezogen, die vieles leichter macht und zusätzliche Möglichkeiten eröffnet. Insbesondere fällt es leichter, in die Tiefe zu gehen.

Für den Hund spielt es keine Rolle, wie viel Geld ein Patient besitzt oder ob er studiert hat. In der Mensch-Hund-Begegnung sind andere, wesentlichere, tiefere Themen wichtig, die oftmals *unter* dem sozial-angepassten und *nach außen* präsentierten Selbst liegen. Wenn Psychotherapie das Anliegen hat, mit dem Patienten gemeinsam hinter die äußere Fassade zu gehen, weil dort die Probleme und Ressourcen liegen, dann ermöglicht die Integration eines Hundes, diese tiefen Schichten leicht und natürlich anzusprechen. Wesentliche und wichtige persönliche Themen werden durch die Begegnung mit dem Hund nicht nur angesprochen und aktiviert, sondern auch live im Therapieraum in Szene gesetzt. Sie sind da, greifbar und spürbar. Sie sind offensichtlicher, weil sie im ganz konkreten Tun sichtbar werden, wodurch sie besser zu verstehen sind als im rein verbalen psychotherapeutischen Gespräch.

Wenn ich hier vom Therapiehund spreche, der in eine Psychotherapie integriert wird, dann meine ich zunächst einen ganz normalen sozialisierten Hund, wie er tausendfach in Familien lebt und vielleicht auch schon von einem Psychotherapeuten gehalten wird, ohne in der Praxis gezielt eingesetzt zu werden. Er darf gern Ecken und Kanten, Vorlieben und Abneigungen, Fähigkeiten und Schwächen haben. Mit Winnicott könnte man sagen, dass er lediglich *hinreichend gut* (*»good enough mother«*; Winnicott 1953) erzogen sein sollte, so wie eine Mutter sich auch nur *hinreichend gut* mit ihrem Kind abstimmen können muss, denn gerade aus Missabstimmungen erwachsen häufig Impulse für Entwicklungen, die über das Gewohnte und Bekannte hinausgehen.

Die hundegestützte Psychotherapie ist mit Patienten fast jeden Alters und so gut wie jeder Symptomatik durchführbar; auch die Patienten brauchen nur *hinreichend gut* in eine Begegnung mit dem Therapiehund eintreten zu können. Lediglich in speziellen Fällen, also z. B. bei einer Hundephobie oder bei Hundehassern, müssen

der Sinn der Intervention und die Durchführung einer Hund-Mensch-Begegnung besonders reguliert werden. Allgemein gesehen sollten Hund und Patient lediglich in der Lage sein, frei miteinander zu kommunizieren, ohne die Grenzen des anderen zu verletzen. Diese Fähigkeit bringen fast alle Patienten und die meisten Hunde mit, womit die Voraussetzungen für den Beginn der Arbeit gegeben sind. Andere therapeutische und pädagogische Ansätze verlangen mehr Fähigkeiten und eine besondere Anpassung des Therapiehundes. Beim hier vertretenen Konzept ist es nicht wichtig, ob der Hund z. B. einen apportierten Ball sofort wieder hergibt oder nicht. *Braves* Verhalten des Hundes ist genauso gut therapeutisch nutzbar wie *widerständiges* Verhalten – in der Psychotherapie kann das widerständige Verhalten sogar äußerst fruchtbar sein.

Trifft ein Mensch, also in unserem Fall ein Patient, auf ein Tier, so begegnet er in gewisser Weise seinen eigenen tierischen Anteilen, denn mit einem Tier kann er nur auf der animalischen Ebene kommunizieren, sozusagen von Säugetier zu Säugetier. Dieser Kontakt mit der Natur bzw. die Konfrontation mit seiner eigenen natürlichen und tierischen Herkunft scheint an sich schon heilsam zu sein, wie im nachfolgenden Kapitel 2 näher ausgeführt werden wird. Wir teilen mit dem Hund und anderen Säugetieren unser Bindungs- und Stresssystem und damit grundlegende Funktionen und Fähigkeiten des Lebens in Beziehungen bzw. sozialen Systemen. Unsere Verbundenheit mit der Natur, unsere *Biophilie*, scheint zu bewirken, dass die Anwesenheit eines Hundes im Therapieraum, insbesondere wenn der Hund vom Patienten gestreichelt wird, positive Effekte auslösen kann. Dies konnte inzwischen auch experimentell gut belegt werden.

Aus meiner Sicht ist die Anwesenheit eines Hundes aber nur der Ausgangspunkt einer hundegestützten Psychotherapie und das Streicheln lediglich eine der vielen Möglichkeiten, mit dem Tier zu interagieren. In den Begegnungen zwischen Patient und Hund kommt so viel *mehr* zum Tragen, kann so viel *mehr* entstehen und gefunden werden als nur eine entspannende Bindungsreaktion. Ich muss gestehen, dass ich an dieser Stelle die bisher anerkannten Konzepte und wissenschaftlichen Untersuchungen verlasse und versuche, dieses »*Mehr*« theoretisch zu erfassen und praktisch zu nutzen. Dabei sind nicht die von mir verwendeten Konzepte neu, sondern die Übertragung dieser Konzepte auf die Psychotherapie mit einem Hund. Immer wieder werde ich Beispiele aus der Praxis anführen, um zu zeigen, dass deren Übertragung Sinn macht. In der Auswahl der theoretischen Konzepte wird der Leser unschwer meine humanistisch-tiefenpsychologische Ausrichtung erkennen. Wie die Erfahrung mit Kursteilnehmern von Wikkegaard zeigt, kann dieser Ansatz aber unabhängig von der therapeutischen Ausrichtung gewinnbringend in die Psychotherapie eingebracht werden.

Es ist zwar nicht falsch zu sagen, dass ein Mensch mit einem Menschen spricht oder ein Patient mit einem Hund interagiert, aber aus dieser Betrachtungsweise lassen sich nur sehr allgemeine Aussagen ableiten.

Wenn ich schreibe, dass ein Patient dem Therapiehund begegnet, dann ist dies allgemein gesprochen zwar richtig, aber in der Realität trifft ein Individuum (der Gattung Mensch) auf ein Individuum einer anderen Spezies (Hund). In meiner psychotherapeutischen Praxis zeigte sich, dass jeder Patient eine einmalige spezi-

fische Art hat, mit meiner Therapiehündin Danka zu interagieren, und auch Danka agiert und reagiert je nach Patient sehr unterschiedlich. Genau hier liegt die große Chance der Einbindung eines Hundes in die Psychotherapie: nicht in allgemeinen Wirkfaktoren oder dem Erleben von Natur, sondern in der Wertschätzung und Berücksichtigung einer spezifischen, einmaligen Beziehung zwischen zwei Subjekten mit jeweils eigenen Gefühlen, Intentionen, Bindungs- und Beziehungserfahrungen.

Jeder Mensch erwirbt schon früh in und durch die Kommunikation mit seinen wichtigsten Bezugspersonen ein implizites Beziehungswissen, das teilweise noch vor dem Erwerb der Sprache entsteht, sprachlich nicht kodiert ist und meist unbewusst bestimmt, wie wir Beziehungen leben und erleben. Die aus den frühen Erfahrungen gebildeten inneren Erlebensmuster sind auch körperlich gespeichert und drücken sich unmittelbar körperlich aus: in der Körperspannung, der Mimik, der Gestik, der Vitalität, der Beweglichkeit usw. Der sich so ausdrückende Mensch trifft nun auf einen Hund, der wiederum ein Spezialist und Könnler im Lesen von menschlichem Ausdruck ist (s. Kap. 3) und darauf auf seine Art und Weise reagiert. Dem Psychotherapeuten eröffnet sich die Chance, zu verstehen, wie der Patient Beziehungen eingeht und lebt. Beziehungsmuster, auch möglicherweise problematische oder pathologische, werden sichtbar und können in den Fokus der therapeutischen Aufmerksamkeit genommen werden. Dies entspricht einem *Perspektivenwechsel*, den die Arbeitsgruppe um Daniel Stern (s. Kap. 4) fordert, denn die Art und Weise, wie der Patient die Beziehung mit dem Therapeuten, dem Hund oder anderen Menschen gestaltet, entscheidet wesentlich über die psychische Gesundheit eines Menschen und auch darüber, ob und wie eine gute therapeutische Beziehung herzustellen ist. Letzteres ist für eine wirksame Psychotherapie unerlässlich, weshalb die vorwiegend körperlich agierten Abstimmungsprozesse zwischen Patient und Therapeut beachtet werden sollen. Ist eine zweite Beziehung im Raum, namentlich die zwischen Patient und Hund, so kann der Perspektivenwechsel leichter erfolgen, insbesondere weil die Kommunikation zwischen Hund und Patient vorwiegend körperlich erfolgt und sie dem Therapeuten erlaubt, von außen zu sehen, wie sich der Patient mit dem Hund abstimmt.

In einem Ausbildungsseminar auf Wikkegaard, in dem gerade das Thema »Szenisches Verstehen« behandelt wurde, rief ein teilnehmender Kollege überrascht aus: »Aber das ändert dann ja alles!«, womit er in gewisser Hinsicht völlig recht hatte. Tatsächlich entsteht eine ganz andere Szene im Therapieraum, wenn Patient, Therapeut und Hund gemeinsam interagieren, als wenn lediglich der Therapeut mit dem Patienten die therapeutische Bühne besetzt. In der hundegestützten Psychotherapie laden wir den Patienten ein, sich handelnd mit dem Therapiehund auseinanderzusetzen, wodurch seine Beziehungsmuster in Szene gesetzt werden. Den Patienten zum Agieren aufzufordern ist zunächst ungewöhnlich. Meist wird ein Agieren des Patienten als Problem konzeptionalisiert, als ein Widerstand, ein Vermeiden des bewusst Werdens, eine mangelnde Compliance oder fehlende Bereitschaft. In der hundegestützten Psychotherapie ist das Agieren und In-Szene-Setzen gerade der Weg, um den Patienten mit seinem impliziten Beziehungswissen besser zu verstehen. Agieren wird nicht vermieden, sondern angeregt, verstanden und genutzt. Diesem Vorgehen würden einige therapeutische Ansätze durchaus folgen.

Bei der Therapie mit einem Hund kommt jedoch noch hinzu, dass der Patient ggf. zärtliches Streicheln und ein auf ihn gerichtetes (möglicherweise gieriges) Wollen im Therapieraum erleben kann – Erfahrungen, die er mit dem Therapeuten nicht machen kann, die aber gleichzeitig in der menschlichen Entwicklung eine große Rolle spielen (s. Kap. 7.2). Durch die Integration des Hundes können diese Themen nicht mehr nur mithilfe der Erinnerung in die Therapie eingebracht werden, sondern sie sind ganz konkret in der gegenwärtigen Situation spürbar und erlebbar.

Ist der Hund als handelndes Subjekt an der therapeutischen Szene beteiligt, so wird aus der therapeutischen Dyade eine Triade, wodurch nicht nur dyadische Beziehungsmuster in der Therapie erlebt werden, sondern auch triadische Muster. Dies eröffnet ganz neue therapeutische Möglichkeiten. Wie im Kapitel 9 näher ausgeführt werden wird, ist der Mensch im Grunde auf triadische bzw. polyadische Beziehungen ausgerichtet. Weil Psychotherapie und Kleinkindforschung klassischerweise in Zweiersettings erfolgte, wurden triadische Prozesse oft nicht wahrgenommen. In der letzten Zeit geraten triadische und systemische Sichtweisen ins Zentrum der Aufmerksamkeit und erweitern die Sicht auf den Menschen und die Entstehung von psychischen Krankheiten erheblich. Oft ist ein Verstehen und Behandeln der Symptome durch die Einbeziehung der triadischen Sicht leichter oder überhaupt erst möglich.

Thea Bauriedel, die Begründerin der analytischen Familientherapie, meint, dass alle *»Erscheinungsformen der Psychopathologie, von der Schulleistungsstörung bis zu psychotischen Zuständen, als Symptome von Beziehungsstörungen in Triaden verstanden werden können«* (Bauriedl 1998, S. 131). Und weiter: *»Ich kann in dieser Sichtweise nicht annehmen, daß es Störungen gibt, die ausschließlich aus der Mutter-Kind-Beziehung hinreichend verstanden werden können. Spätestens vom Zeitpunkt der Zeugung an ist für jeden Menschen das Dreieck zwischen ihm und seinen Eltern von zentraler Bedeutung.«* (Bauriedl 2004, S. 301).

Es wäre allerdings ein Fehlschluss, zu glauben, der Therapeut brauche nur einen Hund in der Praxis zu präsentieren und der Rest laufe dann von alleine: Es gibt nicht wenige Psychotherapeuten, die ihren Hund mit in die Praxis nehmen, ohne dass die hier beschriebenen Prozesse wirksam werden. Neben dem konkreten Erleben der Hund-Mensch-Interaktion muss diese auch eine Bedeutung haben und Sinn für die Therapie und den Patienten machen. Dies anzustoßen ist die Aufgabe des Therapeuten! Übernimmt der Therapeut diese Aufgabe nicht, bleibt der Hundekontakt eine vielleicht angenehme, aber alltägliche Erfahrung. In der hundegestützten Psychotherapie nimmt der Therapeut eine spezifische intentionale, Bedeutung herstellende Haltung gegenüber dem Geschehen ein (s. Kap. 10), die eine therapeutische Wirksamkeit initiiert und ermöglicht.

Das triadische, bedeutungsvolle Geschehen soll nun nicht nur agiert, sondern auch verstanden und ins Mentale gebracht werden, denn eine Psychotherapie zielt auf ein verändertes Erleben *und* ein verändertes Bewusstsein. In Kapitel 11 wird das aus der modernen Psychoanalyse stammende Mentalisierungskonzept vorgestellt, welches weniger eine neue Therapierichtung begründet, sondern auf einen Vorgang fokussiert, der in jeder wirksamen Therapie geschieht: das Verstehen von sich selbst und den anderen. Dieses Konzept dient dann als Grundlage für die Ausführungen

in Kapitel 12, in dem das Mentalisieren in der hundegestützten Psychotherapie anhand von Falldarstellungen ausführlich beschrieben wird.

Und schließlich wird im Kapitel 13 kurz angesprochen, wie der Raum, der Hund und der Mensch ausgestattet bzw. ausgebildet sein sollten, um den Hund in die Therapie integrieren zu können. Zum Schluss bleibt noch ein Blick auf den Nutzen für den Psychotherapeuten. Mit seinem geliebten Hund in der Praxis zu sein und gemeinsam arbeiten zu können macht einfach viel Spaß, ist gut für die Psychohygiene und Ausgeglichenheit des Therapeuten und ein gut gelaunter Therapeut erfreut wiederum den Patienten und nutzt der Wirksamkeit der Therapie.

2 Tiergestützte Intervention

Von Sigmund Freud wird berichtet, dass seine Chow-Chow-Hündin Jofie regelmäßig bei den Therapien dabei war, weil ihre Anwesenheit die Patienten, seiner Meinung nach, beruhige. Freud hat die Gegenwart eines Hundes während der Therapie wohl nicht gezielt eingesetzt, aber eine Anekdote berichtet, wie er dessen Verhalten, wenigstens in diesem Fall, in die Therapie eingebracht hat:

Es muss in den letzten Jahren von Freuds Praxis in Wien gewesen sein, als der amerikanische junge Arzt eine kürzere Analyse bei Freud aufnahm. Wegen der Kürze der Zeit sollte die analytische Arbeit zügig vorangehen. Allein, in der hier berichteten Stunde wollten dem Analysanden keine Assoziationen einfallen. Die Abwehr war wohl deutlich im Raum in Form eines langen Schweigens. Schließlich stand der anwesende Hund Rex (vermutlich der Schäferhund von Anna Freud) auf, ging zur Türe und wollte offensichtlich herausgelassen werden. Freud sei aufgestanden, habe dem Hund aufgemacht und wiederkehrend zu seinem Analysanden gesagt: ›Schauen's, selbst dem Hund ist es heute zu langweilig!‹ Das Schweigen ging weiter, sodass das Scharren an der Türe nach einer Weile deutlich zu hören war. Freud stand wieder auf, öffnete dem Hund, schloss die Türe und sagte seinem Analysanden: ›Nun gibt Rex ihnen noch mal eine weitere Chance, lassen sie uns weitermachen!‹

(Janko u. Milch 2009, S. 401)

Freud geht in diesem Fall über das Vertrauen auf die beruhigende Wirkung des Hundes hinaus und unterstellt dem Tier, dass dessen Verhalten eine Reaktion auf das Geschehen im Raum ist. Wir werden später sehen, dass diese Vermutung nicht abwegig ist. Und weiterhin nutzt Freud das Verhalten des Hundes, um eine spürbare, aber noch nicht symbolisierte Atmosphäre im Raum in Worte zu fassen (im weiteren Verlauf werden wir diesem Vorgang immer wieder begegnen): Durch die Integration des Hundes in die Psychotherapie und das Aufgreifen dessen Verhaltens können nicht mentalisierte Vorgänge und unbewusste Affekte ins Bewusstsein und in Sprache gebracht werden.

Die entstressende, beruhigende Wirkung eines in der Therapie *anwesenden, freundlichen* Hundes ist inzwischen gut belegt, während die Frage, *wie* man das Verhalten des Hundes nutzen kann, weitgehend noch ein konzeptionell unbestelltes Feld ist. Freuds wahrscheinlich rein intuitive und spontane Reaktion geht dabei schon in die hier noch weiter aufzuzeigende Richtung: neben der Anwesenheit auch das konkrete Verhalten des Hundes zu nutzen, ihm eine Intention zu unterstellen und das Geschehen in Worte zu fassen. Ob es Rex tatsächlich langweilig war und er dem Patienten »noch eine Chance geben« wollte, kann völlig offenbleiben. Das Wissen um das Nicht-Wissen der Motive des Hundes ist sogar eine besondere Stärke in der hundegestützten Psychotherapie.

1969 veröffentlichte der amerikanische Kinderpsychologe Boris Levinson sein Buch »Pet-oriented child psychotherapy«. Diese Publikation wird als Beginn einer systematischen Beschäftigung mit dem Thema, wie ein Hund in der Psychothera-

pie eingesetzt werden kann, gesehen. Levinson beschreibt, wie insbesondere verschlossene Kinder durch den Kontakt mit seinem Hund offener und vertrauensvoller wurden und sich dieses Vertrauen dann auf die Beziehung zu ihm, dem Therapeuten, übertrug.

In der Literatur finden sich zahlreiche Anekdoten und Fallbeschreibungen, in denen Tiere, insbesondere Hunde, den Therapieprozess gefördert haben, z. B. die bewegende Erzählung von Liam Creed (2012), dessen ADHS mithilfe einer hundegestützten Intervention behandelt wurde. Ein weiteres Beispiel ist das Folgende:

Fallbeispiel

Tim, 7 Jahre

»Tim, ein siebenjähriger Junge, verlor seine beiden Eltern, weil sie eine Überdosis Heroin genommen hatten. Nach dem Tod der Eltern wurde Tim in einem Heim untergebracht. Zeitgleich begann er aufgrund des schweren Traumas eine spieltherapeutische Behandlung. Während der ersten beiden Monate der Therapie zog sich Tim vollkommen zurück. Obwohl er in der Lage war, über das Geschehene zu sprechen, zeigte Tim keinerlei Emotionen. Das änderte sich dramatisch, als Toto, der Hund des Therapeuten, in einer Sitzung anwesend war. Als Tim den Therapieraum betrat, wurde er freudig von Toto begrüßt. Tim streichelte den Hund zunächst, dann umarmte er ihn. Tim, der nie in den Therapiesitzungen um etwas gebeten hatte, überredete den Therapeuten, Toto zur nächsten Sitzung wieder mitzubringen. Da war Tim dann damit beschäftigt, den Hund zu streicheln und ihn immer wieder in den Arm zu nehmen. In einer dieser Sitzungen leckte Toto Tims Wangen, woraufhin der Junge anfang zu weinen. Tim nahm den Hund in den Arm und weinte eine halbe Stunde lang, während er Toto von dem Tod seiner Eltern erzählte. In den nachfolgenden Sitzungen gelang es dem Therapeuten, eine vertrauensvolle Beziehung zu dem Jungen aufzubauen. Diese Beziehung gab dem Jungen so viel Sicherheit, dass er die Trauer um den Verlust seiner Eltern wahrnehmen und verarbeiten konnte.« (Julius et al. 2014, S. 13)

Hier wird leider nicht weiter berichtet, ob der Therapeut die Szene mit Toto aufgreift und zur Sprache bringt. Zunächst einmal scheinen die reine Anwesenheit von Toto und die zufällige Begegnung von Patient und Hund zu dieser positiven Wirkung geführt zu haben.

Natürlich haben nicht nur Psychotherapeuten die Chancen und den Nutzen der Einbindung eines Hundes erfahren, sondern auch andere pädagogische und therapeutische Fachleute. Heute werden Hunde, aber auch Katzen, Mäuse, Fische, Pferde, Lamas usw., in Schulen und Kindergärten, in Gefängnissen, Altenheimen, Behinderteneinrichtungen oder in ergotherapeutischen und logopädischen Praxen eingesetzt. Dies erfolgt unter dem Dach der sogenannten *Tiergestützten Intervention* und der entsprechenden nationalen und internationalen Verbände. Für den europäischen Raum sind besonders die ISAAT (International Society for Animal Assisted Therapy) und die ESAAT (European Society for Animal Assisted Therapy) relevant. So gesehen ist die Psychotherapie mit Hund ein Spezialfall innerhalb einer sehr viel größeren Bewegung.

2.1 Forschungsergebnisse

Tierkontakt hat positive Effekte auf die körperliche und psychische Gesundheit von Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Alten. Dies ist das Ergebnis einer Zusammenschau von zahlreichen Untersuchungen und einigen Metastudien, die Julius et al. (2014, S. 53 ff.) ausgewertet haben. Eine Studie von Headey (1999) mit mehr als 1000 australischen Teilnehmern zeige, dass Hunde- und Katzenbesitzer seltener einen Arzt aufsuchten und weniger Medikamente gegen Schlafstörungen nahmen als vergleichbare Nicht-Heimtierbesitzer. In einer weiteren Befragung (Headey et al. 2008) von 3000 chinesischen Frauen zwischen 25 und 40 Jahren fanden diese Autoren heraus, dass Hundebesitzerinnen häufiger Sport trieben, besser schliefen, ihre Gesundheit und Fitness höher einschätzten, weniger Tage bei der Arbeit fehlten und seltener zum Arzt gingen als die Vergleichsgruppe der Frauen ohne Hund.

Heimtierbesitzer haben naturgemäß einen engen, zeitlich umfangreichen und oft auch emotional intensiven Kontakt zu ihren Tieren. Außerdem könnte man annehmen, dass bei den Hundebesitzern der tägliche Gassigang einen nicht unerheblichen Einfluss auf die Gesundheit hat. In der hundegestützten Psychotherapie hat der Patient aber lediglich kurzen Kontakt zum Hund und ist zudem nicht so intensiv an das Tier gebunden wie ein Hundebesitzer. Kann also auch ein zeitlich nur kurzer Kontakt zum Therapiehund ebenfalls solche positive Effekte auslösen? Mehrere Untersuchungen von Julius et al. (2014, S. 66) zeigten, dass die Anwesenheit eines Hundes in der Psychotherapie bei Kindern mit psychiatrischen (auch autistischen) Störungen zu einem verbesserten Sozialverhalten führte, die Bereitschaft zu interagieren erhöhte, das Interesse an der sozialen Welt verstärkte und dass die Kinder spielerischer, mit mehr Freude interagierten. Ähnliche Effekte konnte man bei erwachsenen Psychiatrie- und Suchtpatienten finden.

Die Frage, ob ein Tierkontakt Angst und Furcht reduzieren kann, wurde auch experimentell untersucht, indem Angst und Stress induziert wurden. Shiloh et al. (2003) zeigten, dass das Streicheln eines Tieres den selbst eingeschätzten Stress mehr reduzierte, als wenn die Teilnehmer ein Stofftier streichelten. Den Teilnehmern wurde vorher gesagt, sie müssten nach der Wartezeit eine Vogelspinne in die Hand nehmen, was wohl erheblichen Stress verursacht haben dürfte.

Stress und Angst äußern sich physiologisch in kardiovaskulären Parametern wie Herzfrequenz, Blutdruck, Hauttemperatur und Hautwiderstand und auf der neuroendokrinen Ebene durch die Konzentration der Hormone Kortisol, Epinephrin und Norepinephrin, die in Blut oder Speichel gemessen werden können. Untersuchungen konnten die stressreduzierende Wirkung eines Hundekontaktes nachweisen und messen. Beispielhaft sei die Untersuchung von Beetz et al. (2011) erwähnt, die unsicher gebundene männliche Kinder einer stressauslösenden Situation aussetzte. Eine Gruppe wurde dabei von einem Hund begleitet, eine Gruppe von einer freundlichen Studentin und eine Gruppe erhielt einen Stoffhund. Die Kortisolkonzentration der Kinder, die von einem Hund begleitet wurden, war signifikant niedriger als bei den beiden Vergleichsgruppen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die aktuelle Forschung positive Auswirkungen eines Tierkontaktes, meist mit Einsatz eines Hundes, nachgewiesen hat,