Astrid Aigner-Murhammer

Der Therapiebegleithund in der systemischen Psychotherapie

INTRO

Das gezielte Einsetzen von speziell ausgebildeten Therapiebegleithunden in Therapieprozessen stellt eine Möglichkeit zur Deeskalation im Sinne eines Verhinderns von sich aufschaukelnden negativen Rückkopplungsschleifen (von Denk-, Fühl- und Verhaltensweisen) dar; auch zur Stress- und Angstbewältigung können diese sehr dienlich sein. Als Wirkfaktoren werden emotionale Nähe, Wärme und Anerkennung durch den Hund angesehen. Entscheidend ist dabei, dass der ebenfalls speziell dazu ausgebildete Psychotherapeut[1] die „Absichten" seines Hundes erkennt, richtig deutet und die „Arbeit" des Tieres mit den verschiedenen Techniken aus dem Bereich der Kommunikation und speziellen Interventionen unterstützt und ergänzt, um dadurch eine Wirkungsoptimierung zu erreichen.

Das Kommunikationssystem eines gut sozialisierten Hundes ist auf das Erkennen von konfliktträchtigem Verhalten in der Umgebung ausgerichtet. Zudem ist dem Hund die Fähigkeiten zur Konfliktregelung und zur Deeskalation angeboren. Durch das Einsetzen von Beruhigungssignalen gegenüber Artgenossen aber auch gegenüber Menschen versucht der Hund, zu besänftigen, Frieden zu stiften und Konflikte aufzulösen. Zweck dieser Calming Signals ist es also nicht allein über eine Form der Kommunikation zu verfügen, sondern zusätzlich auf das Verhalten eines Gegenübers einzuwirken. Sie sollen beruhigen – es geht um ein abbauen von Angst, Stress, Zorn und jeden anderen konfliktträchtigen Gemütszustand. Als Rudeltiere verfolgen Hunde in einer Gruppe immer das Ziel, Ruhe zu schaffen und Ärger zu vermeiden. Harmonie im Rudel ist in der freien Wildbahn überlebenswichtig.

Der Mensch strebt Zeit seines Lebens nach der Erfüllung seiner Grundbedürfnisse. *„Die konkreten Ziele sind individuell unterschiedlich und hängen davon ab, welche Möglichkeiten zur Erfüllung der Grundbedürfnisse geboten werden, die Grundbedürfnisse sind jedoch für alle gleich."* (Wagner/Russinger, 2016, S. 63). Sieht man nun die eigenen Bedürfnisse nicht erfüllt oder gar durch andere Menschen bedroht und wird diese Bedrohung als sehr stark erlebt, setzt eine Stressreaktion ein. Sachliches, besonnenes Handeln fällt schwer und man kämpft emotionsgetrieben um das Überleben. Wenn sich solche Krisen wiederholen, können anhaltende Gefühle wie Angst, Zorn, Wut und Ohnmacht entstehen, die wiederum den Zündstoff für Konflikte bieten und ohne Unterstützung oft nur schwer wieder aufzulösen sind.

Angst, Furcht, Wut, Hass, Zorn, Ohnmacht, Ekel und Trauer bilden jedoch nicht nur die Ursache für Kon-

[1] Aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit wird in diesem Artikel die männliche Form verwendet.

flikte. Diese Gefühlszustände können, wenn sie übermäßig vorhanden sind, das Denken und Handeln lähmen. Eine verstärkte Beschäftigung mit eskalierten Konflikten, starken Emotionen sowie die daraus resultierende Entwicklung von gegenwirkenden Werkzeugen, Methoden und Maßnahmen sind für den Psychotherapeuten von zentraler Bedeutung.

Wenn hier also von systemischer Psychotherapie im therapiebegleithundegestützten Setting gesprochen wird, ist gemeint, dass der systemische Psychotherapeut seinen speziell ausgebildeten Hund einsetzt, um die Stressregulation der Klienten zu unterstützen, aber auch korrigierende Beziehungserfahrungen mit Unterstützung des „Co-Therapeuten" Hund zu ermöglichen. *„Unsere Ressourcen werden durch das Gefühl bewertet zu werden gehemmt"*, so die US-amerikanische Sozialarbeiterin und Dozentin für Familientherapie Virginia Satir. Weiter führt sie dazu aus:

1. Tiere bewerten nicht.
2. Sie lehren nonverbale (analoge) Kommunikation.
3. Sie sprechen die „ehrlichere" Sprache, bei der Ausdruck und das, was gemeint ist, einander entsprechen.
4. Tiere sprechen die uralte Sprache, die unsere Mutter schon mit uns gesprochen hat.
5. Es ist die Sprache der Liebe, der Trauer, des Kampfes und der Wut.
6. Diese Sprache folgt nicht Regeln von Syntax, Logik oder Grammatik, sondern drückt Empfinden für den anderen verstehbar aus.
7. Es ist die Sprache der Beziehung.

(vgl. hierzu u. a. http://www.tiergestuetzte-systemische-therapie.de/informationen/virginia-satir, 03.09.2019, 15:53)

TIERGESTÜTZT ARBEITEN – EINE EINORDNUNG

Das Tätigkeitsfeld der tiergestützten Arbeit ist vielfältig und beinhaltet Bereiche, wie den Strafvollzug, psychiatrische Kliniken, das große Feld der Pädagogik, die Behindertenarbeit oder die Altenpflege, um nur einige der Einsatzmöglichkeiten zu nennen. *„Dabei liegt der Schwerpunkt auf der Möglichkeit der Kommunikation und Interaktion zwischen Menschen und Tier."* (Vernooij/Schneider, 2013, S. 228).

Im anglo-amerikanischen Raum entstand in den 1970er-Jahren für die tiergestützte Arbeit der Begriff der Pet Therapy. Damit gemeint war im Wesentlichen das Miteinbeziehen eines Tieres in die Therapie mit Menschen. Doch diese Bezeichnung erwies sich als zu kurzgefasst, denn die tiergestützte Therapie ist nur eine der möglichen Wirkungskreise in der tiergestützten Arbeit. 1996 unterscheidet die Delta Society, eine 1977 in den Vereinigten Staaten gegründete Organisation zur Erforschung der Wirksamkeit von Tieren auf die Gesundheit und die Lebensfreude der Menschen, tiergestützte Arbeit in zwei Bereiche: Animal-Assisted Activities (AAA) und Animal-Assisted Therapy (AAT). *„Animal-Assisted Activities bieten Möglichkeiten der Unterstützung bezogen auf motivationale, erzieherische, rehabilitative und/oder therapeutische Prozesse, um dadurch die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern; durchgeführt von mehr oder weniger qualifizieren Personen, assistiert von Tieren mit spezifischen Merkmalen. Der Großteil der Animal-Assisted Activities sind sogenannte ‚meet and greet activities'."* (Vernooij/Schneider, 2013, S. 30). Die Definition der Delta Society zur Animal-Assisted Therapy lautet wie folgt: *„AAT ist eine zielgerichtete Intervention, bei der ein Tier, welches spezifische Merkmale aufweist, integraler Bestandteil des Behandlungsprozesses ist. AAT ist gerichtet und/oder gebunden an qualifizierte Experten der Gesundheits- und Sozialdienste mit spezifischer Ausbildung, die das Tier in ihrem Berufs-/Praxisfeld einsetzen."* (Vernooij/Schneider, 2013, S. 31).

Der Unterschied zwischen Animal-Assisted Activities und Animal-Assisted Therapy besteht also im Wesentlichen darin, dass in Animal-Assisted Activities das bloße Zusammensein, die Begegnung und eine mögliche Interaktion zwischen Tier und Mensch stattfinden. Im Gegensatz dazu ist die Animal-Assisted Therapy ganz klar auf konkrete Ziele und Sitzungsverläufe zugeschnitten. Es arbeitet hier ein geschulter und qualifizierter Therapeut mit seinem ebenfalls speziell geschulten Tier zu einem konkreten Zweck mit dem Klienten und dieser Prozess ist auch entsprechend zu dokumentieren. Beiden Einsatzmöglichkeiten ist gemeinsam, dass das Tier als Brückenbauer dient, die Kommunikation fördert und dabei unterstützt, soziale Kontakte aufzubauen.

Für Österreich ist der Begriff „tiergestützte Therapie" anders als durch die Delta Society definiert. Die European Society for Animal Assisted Therapy führt dazu aus: *„Der Begriff ‚tiergestützte Therapie' wird seit vielen Jahren für den therapeutischen und pädagogischen Einsatz von Tieren verwendet. Daher erscheint es sinnvoll, diesen als Überbegriff umfassend für alle tiergestützten Maßnahmen (wie z. B. tiergestützte Interaktion, tiergestützte Pädagogik, tiergestützte Förderung, tiergestützte Interventionen) zu benützen. Therapie wird hier*

MAG.ª ASTRID AIGNER-MURHAMMER ist Systemische Psychotherapeutin in freier Praxis im Lungau und in Wien. Ausbildung zur tiergestützten Therapeutin bei der Österreichischen Gesellschaft für tiergestützte Therapie (ÖGTT). Arbeit mit Therapiehunden im therapeutischen und mediatorischen Kontext. Tiergestützte Begleitung von Kindern psychisch erkrankter Eltern für den Verein JoJo – Kindheit im Schatten.

umfassend im Sinne einer professionellen Helferbeziehung mit Einflussnahme auf den Menschen verstanden. Damit umfasst der Begriff auch präventive und fördernde Maßnahmen." (http://www.esaat.org/definition-tiergestuetzter-Therapie/, 26.09.2019, 17:40).

Diese Begriffseinordnung darf durchaus kritisch hinterfragt werden. Werden doch Therapien für gewöhnlich von Ärzten verordnet, und auch der Duden schränkt den Gebrauch dieses Begriffes auf den medizinischen und psychologischen Bereich ein (vgl. Bibliographisches Institut GmbH: Duden online. Stichwort: Therapie; https://www.duden.de/rechtschreibung/Therapie, 26.09.2019, 17:24). Diese Tatsache widerspricht dem oben zitierten Ansatz der European Society for Animal Assisted Therapy zur Erläuterung der tiergestützten Therapie. Richtig wäre vielmehr, dass tiergestützte Therapie ausschließlich von dazu befähigten Therapeuten durchzuführen ist und das Ziel einer Behandlung zu verfolgen hat. Ein Therapiebedarf, zumeist verursacht durch eine Erkrankung, ist somit Voraussetzung für die Durchführung einer tiergestützten Therapie. Laut Definition der Weltgesundheitsorganisation ist jener krank, der eben nicht gesund ist und dessen Zustand völligen körperlichen, seelischen oder psychischen Wohlergehens nicht gegeben ist. Klassische Therapien zur Verbesserung körperlicher Zustände wären etwa die Physiotherapie und die Logotherapie. Bei einer Kombination aus körperbezogenen und seelischen Therapieformen können bereits Tiere zum Einsatz kommen, etwa bei der Delphin- oder der Hippotherapie. Diese Therapieformen werden unter dem Begriff tiergetragene Therapie subsumiert. Schließlich bleibt noch – neben der klassischen Psychotherapie, ohne Einbeziehung eines Tieres – die tiergestützte Psychotherapie. Diese ist wohl das älteste, erforschte Einsatzfeld der tiergestützten Arbeit und bedient sich in den meisten Fällen des Hundes als Therapietier, wenngleich auch andere Tiere eingesetzt werden können. Der Kinderpsychotherapeut Boris Levinson hat bereits 1962 die erste wissenschaftliche Veröffentlichung „The Dog as a Co-Therapist" vorgestellt und so zu wissenschaftlichen Studien und Auseinandersetzungen über das Wirkungsfeld tiergestützter Therapie angeregt. Weshalb er auch gerne als Gründervater der tiergestützten Therapie bezeichnet wird.

Vor dem eben erläuterten Hintergrund sollten keinesfalls nichttherapeutische Aktivitäten – wie bloße Besuchsdienste mit Tieren in Alten- oder Kinderheimen, der Einsatz von Tieren im Bereich der Pädagogik oder das Anvertrauen von Tieren zur Pflege an bedürftige Menschen – als tiergestützte Therapie bezeichnet werden.

WIRKFAKTOREN DER TIERGESTÜTZTEN ARBEIT

Schon um 1200 nach Christus sang der Minnesänger Walther von der Vogelweide, dass „ein tier dem herze wol macht" und erkannte somit bereits die positive Wirkung von Tieren. So war es offenbar schon damals bekannt, dass Menschen eine Affinität zu Tieren und der Natur ganz allgemein haben.

1994 beforschten bereits Edward O. Wilson und Stephen R. Kellert eine Verbundenheit des Menschen zu Tier und Natur und entwickelten daraus ihre Biophilie-Hypothese. *„Bei der Biophilie handelt es sich nach Wilson (1984, 1993) und Kellert (1993, 1997) jedoch nicht nur um einen einfachen Instinkt, sondern um ein komplexes Regelwerk, welches das Verhalten, die Gefühle, aber auch die geistigen Fähigkeiten, die Ästhetik und sogar die spirituelle Entwicklung des Menschen betrifft."* (Vernooij/Schneider, 2013, S. 4). Der Begriff der Biophilie findet seinen Ursprung im Griechischen. Gemeint ist damit die Neigung des Menschen, mit organischem und natürlichem Leben in Verbindung sein zu wollen. Die Verhaltensbiologen Wilson und Kellert wiesen nach, dass der Mensch das Bedürfnis hat, sich mit belebter, aber auch unbelebter Natur zu verbinden. Es wäre für sie daher naheliegend, dass der Mensch eine Sehnsucht nach artgerechten Lebensräumen hätte, denn der Homosapiens entwickelte sich eben über Jahrmillionen aus diesen heraus. *„In der Natur, in der Wildnis, ist jeder von uns ein Lebewesen unter unzähligen Lebensformen. Wir sind umgeben von Pflanzen und Tieren, Pilzen und Mikroorganismen, die allesamt eines gemeinsam haben: Sie verurteilen uns nicht und stellen keine Ansprüche an uns, wie wir zu sein oder nicht zu sein haben. Wir sind einfach unter ihnen, verwoben mit ihnen im allumspannenden Netz des Lebens, und niemand sucht nach Fehlern, um sie uns vorzuhalten. Keiner versucht, uns in ein Korsett zu zwängen oder verlangt uns bestimmte Leistungen ab. In der Natur können wir sein, wie wir sind."* (Arvay, 2016, S. 59). Diese Verbundenheit formuliert Kellert in seinen neun fundamentalen Aspekten. Hier soll im speziellen der symbolische Aspekt herausgegriffen werden, da dieser in der Psychotherapie wohl am häufigsten wiederzufinden ist.

Im symbolischen Aspekt finden Kommunikation und Interaktion in allen Formen des Ausdrucks statt. Er dient der Förderung dieses menschlichen Grundbedürfnisses. Sigmund Freud schrieb über seine Lieblingshündin Jofie: *„Sie ist ein entzückendes Geschöpf, so interessant, auch als Frauenzimmer, wild, triebhaft, zärtlich, intelligent und doch nicht so abhängig, wie andere Hunde sein können. Man wird den Respekt vor solchen Tierseelen nicht los."* Immer wieder bekannte sich der frühere Tierverächter jetzt als begeisterter Tierfreund. An eine andere Chow-Chow-Besitzerin schrieb er, ein Hund bringe seinem Herrn *„‚Zuneigung ohne Ambivalenz' entgegen, er*

befreie das Leben von dem ‚schwer erträglichen Konflikt mit der Kultur'", sei die *„Schönheit einer in sich vollendeten Existenz. Und bei aller Fremdheit der organischen Entwicklung doch das Gefühl einer innigen Verwandtschaft, einer unbestrittenen Zusammengehörigkeit"*. (Greiffenhagen/Buck-Werner, 2012, S. 98). Durch die Symbolisierung der Hündin als Frauenzimmer wird die Auseinandersetzung mit inneren Konflikten sichtbar und dadurch leichter besprechbar. Das Tier als Symbol gibt uns die Möglichkeit, unsere Ängste aber auch Wünsche wahrzunehmen. In Träumen, Imaginationen oder Ritualen wird das Symbol „Tier" daher oft erkannt und eingesetzt. Die Einfärbung des Tiers in Geschlecht, Alter oder Rasse, wie es Sigmund Freud zum Beispiel in seiner Aussage beschrieb, trägt eine aussagekräftige Beziehungssymbolik in sich selbst. So lässt sich Nähe und Distanz erleben, anleiten und führen, es lässt sich berühren und berührt sein und macht daher ein Erleben mit allen Sinnen möglich.

Der Mensch verhält sich zum Tier oft in einer ähnlichen Art und Weise wie zu seinesgleichen. Er zeigt nahezu idente Interaktions- und Verhaltensmuster, die es möglich machen, zu dem Tier eine Beziehung einzugehen und es so zu seinem Kumpantier zu machen. *„Der Mensch wurde zum Menschen, indem er sich der Natur entfremdete. Diese Dialektik, Teil der Natur zu sein und ihr gleichzeitig gegenüberzustehen – als Betrachter, als Herr und als Nutznießer – verschärft sich im Blick auf die Tierwelt, und noch einmal besonders im Blick auf die höheren Tiere. Nicht nur mit den Primaten und Säugetieren, sondern mit vielen anderen Tierstämmen teilt der Mensch physiologische Grundgegebenheiten. Mit Eidechsen, dem Vogel und zum Teil auch mit der Biene teilt er die Anordnung des Gesichts: zwei Augen, Nase und Mund. Er weiß sich auch von vielen Tieren solchermaßen als Mit-Tier erkannt."* (Greiffenhagen/Buck-Werner, 2012, S. 17).

Dem Hund kommt in der Mensch-Tier-Beziehung wohl eine Sonderstellung zu, denn er ist das einzige Tier, das sich, wenn es die Wahl hat, dem Menschen statt seinesgleichen anschließt. Er ist, wie der Homosapiens, ein höchst kommunikatives und soziales Wesen. Ausreichend früh sozialisiert ist er ein vertrauensvoller und kompetenter sozialer Partner, eben ein Kumpantier.

Zusätzlich zum symbolischen Aspekt der Biophilie-Hypothese wäre im Kontext der Wirkfaktoren der tiergestützten Arbeit noch auf die Du-Evidenz einzugehen. „Ich erkenne mich im Du", meint eine personale Qualität, die der Mensch nur seinesgleichen und das Tier ebenso nur seinesgleichen zuschreibt. Durch die Namensgebung wird das Individuum als mir zugehörig respektiert. Es wird das Tier also aus der Menge hervorgehoben und zum Teil der Familie gemacht, mit allen Rechten und Bedürfnissen der menschlichen Gemeinschaft. *„Menschen kommen mit ihrer Welt genau deshalb zurecht, weil sie alles ‚vermenschlichen', was für sie von Belang ist. Mit unseren Menschhirnen und Menschenerfahrungen können wir gar nicht anders."* (Kotrschal, 2016, S. 18).

Vor allem die unterschiedlichen Persönlichkeits- und Temperamentstypen sind wohl jene Merkmale, die uns im Hund so leicht ein „Du" erkennen lassen. *„Und daher können Hunde denken, fühlen und empfinden. Und Hunde verfügen über all das, was originäre Intelligenz ausmacht: Emotionalität, Erkenntnisvermögen, die Fähigkeit zu einem komplexen sozialen Zusammenleben sowie echte Lernfähigkeit. Sie empfinden Freude und Trauer, sie nehmen Zuwendung und Schmerz wahr, sie können Zuneigung empfangen und Zuneigung schenken."* (Wohlfarth/Mutschler, 2017, S. 54).

Aufgrund dieser „Social-Tools" ist gerade das Mensch-Hund-Team, also etwa Psychotherapeut und Therapiebegleithund, geprägt von gegenseitigem Verstehen, aufeinander Eingehen, sich abstimmen und ergänzen.

VORAUSSETZUNGEN FÜR DIE ENTWICKLUNG DES MENSCH-HUND-TEAMS

Die Aufgaben eines Therapiebegleithundes sind durchaus komplex, da er zum einen freundlich, freudig und von sich heraus mit ihm völlig unbekannten, oft auch hoch belasteten Menschen interagieren können muss. Zum anderen ist die Arbeitsumgebung bisweilen ungewohnt und auch die Umstände können widrig sein. Hat doch der Einsatz eines Therapiebegleithundes zum Ziel, zu beruhigen, Angst, Stress, Zorn, Aggression und jeden andern konfliktträchtigen Gemütszustand abzubauen, um vielmehr Frieden stiftend, konfliktlösend und vor allem besänftigend auf uns Menschen zu wirken. *„Gemäß der Vorgabe der Delta Society soll das Tier, also in diesem Fall der Hund, sorgsam ausgewählt werden, gesund sein, sowie den Kriterien des Risikomanagements des späteren Einsatzgebietes entsprechen. [...] Des Weiteren soll das Tier die Größe, das Alter und das Fähigkeitsniveau besitzen, welches für die Teilnahme an einer gewinnbringenden Maßnahme benötigt wird."* (Wippich, 2015, S. 47).

Bindung und Prägung – Kellert und Wilson sprechen in ihrer Biophilie-Hypothese von der Verbundenheit der Menschen zur belebten und unbelebten Natur. Das, was uns so bindet, ist wohl eine der wichtigsten Grundlagen und Erklärungen für die Wirkung der tiergestützten Arbeit. *„Menschen sind motiviert und in der Lage, Beziehungen zu Tieren zu entwickeln, [...]. Da die ‚biophilen' Menschen zudem basale soziale Strukturen und Mechanismen mit Tieren teilen, sind echte Beziehungen zwischen ihnen möglich. [...] Erste empirische Belege, sowie narrative Daten legen nahe, dass Menschen sowohl Bindungs- als auch*

Fürsorgebeziehungen zu Tieren entwickeln können." (Julius/Beetz, 2014, S. 164). Das Modell der Bindungstheorie wurde von der Kinderpsychiaterin Mary Ainsworth und dem Kinderpsychologen John Bowlby in den Jahren 1960 bis 1970 entwickelt. Es besagt u. a., dass es dem Säugling angeboren ist, eine starke emotionale Bindung zu seiner Bezugsperson zu entwickeln, indem es durch Rufen, Weinen, Lächeln und Recken seiner kleinen Ärmchen diese Bezugsperson animiert, ihm Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln. Dieses Bindungsverhalten bleibt dem Menschen ein Leben lang erhalten. Je sicherer der „Hafen", desto größer wird seine Explorationsmöglichkeit und umso dichter wird die Ausbildung des neuronalen Netzwerks sein. Diese positiven Erfahrungen erlauben dem Kind neue Situationen nicht als Gefahr, sondern als Herausforderungen zu speichern und angstfrei neue Kontakte aufzubauen. Bindung und Fürsorge, eben dieser „sichere Hafen", lassen sich auch auf die Mensch-Hund-Beziehung übertragen. Es wurde hinreichend belegt, dass eine gelungene, sichere Bindung vom Menschen zu seinem Hund all jene Merkmale einer sicheren Mutter-Kind-Bindung aufweisen kann. *„Die Bindungstheorie beruht somit auf der Annahme, dass Mensch und Tier ein angeborenes Bedürfnis haben, enge und von intensiven Gefühlen geprägte Beziehungen zu ihren Bezugspersonen aufzubauen. Die Bereitschaft dafür, dieses Bindungsverhalten zu zeigen, ist genetisch vorgeprägt und bei allen Menschen bzw. Säugetieren angelegt."* (Frick/Tanner, 2016, S. 69).

Es wird im Folgenden vom sicher gebundenen Welpen ausgegangen, welcher in „seinem" Menschen eine sichere und geborgene Basis hat. Dieser wird in belastenden Situationen deutlich weniger Stressreaktionen zeigen und Freude am Explorieren haben. Um ein Fürsorgeverhalten dem Hund gegenüber zu entwickeln, ist das Kindchenschema, in welches der Welpe fällt, äußerst hilfreich. Sein rundes Köpfchen, seine großen Augen, die kurzen Beinchen und der runde Körper können im Menschen instinktiv Mechanismen auslösen, die vergleichbar mit einem Mutter-Säuglingsverhalten sind. *„Die Auslösereize des ‚Kindchenschemas' unterstützen also Pflege- und Fürsorgeverhalten [...] und aktivieren damit das oxytocin-bezogene Belohnungssystem im Gehirn [...]."* (Julius/Beetz, 2014, S. 30).

Je enger und gelungener die Bindung, desto sicherer und aufeinander abgestimmter kann der Team-Building-Prozess gelingen. Feine Abstimmungsprozesse, die dem Hund Schutz, Verständnis und vor allem Sicherheit vermitteln, lassen Spiegelneuronen wechselseitig feuern. Durch diese emotionale Spiegelung entwickelt sich beim Hund, genauso wie beim Menschen, ein Gefühl von Selbstwirksamkeit. Dieses so entstandene tiefe Vertrauen zwischen dem Menschen und seinem Hund lässt nun weitere aufbauende Prozesse in der Beziehung und Ausbildung zum Therapiehundeteam zu. Gerade diese Fähigkeit sich abzustimmen, schafft Vertrauen. In der Psychotherapie werden diese Beistimmungs-, Abstimmungs- und schlussendlich Umstimmungsprozesse für das Schaffen von neuen Möglichkeiten im Denken, Fühlen und Handeln genutzt. *„Mit Abstimmen ist eine weitere Klärung der Ausgangssituation zwecks Konsolidierung des bisher Erreichten gemeint. Dies geschieht insbesondere durch die Um- und Eingrenzung von Zonen von Dissens wie Konsens sowie von Bereichen, die besonders dringlich der Hilfe bedürfen, und Bereichen, wo keine Hilfe nötig ist."* (Ciompi/Endert, 2011, S. 227).

DIE PRAKTISCHE ARBEIT IM TEAM PSYCHOTHERAPEUT UND HUND

Wie bereits beschrieben, ist eine sichere und gute Bindung zwischen dem Psychotherapeuten und seinem Therapiebegleithund vorauszusetzen. Er kennt das Verhalten seines Hundes in alltäglichen, aber auch ungewohnten Situationen. Mensch und Hund vertrauen einander und achten aufeinander. Abstimmungsprozesse verlaufen harmonisch und wechselseitig.

Da man gerade mit dem Therapiebegleithund so flexibel im Setting, wie sonst mit kaum einem anderen Therapietier sein kann, ist es auch möglich, das gewohnte Arbeitsfeld gegen ungewohnte Settings zu tauschen. Auch dort ist dafür Sorge zu tragen, dass der Hund in unmittelbarer Nähe zum Psychotherapeuten seinen sicheren und freien Raum bekommt. Es liegt in der Verantwortung des Psychotherapeuten vor Beginn einer Sitzung in einem ungewohnten Umfeld, für Sicherheit, Schutz und Wohlbefinden des Hundes zu sorgen. Nur so kann dieser als verlässlicher und kompetenter Partner an der Seite seines Psychotherapeuten in Einzel-, Familien- oder Gruppensettings, in Institutionen, aber auch im Freien gut arbeiten. Dies bedingt, dass der Psychotherapeut fundiert ausgebildet ist, mit seinem Hund ein harmonisches Therapiebegleithundeteam darstellt und ein spezifisches Wissen in digitaler und analoger Kommunikation beherrscht, um aktiv zum Gelingen eines hundegestützten Therapieprozesses beitragen zu können.

DIE ANALOGE (NONVERBALE) KOMMUNIKATION

Paul Watzlawicks Beschreibungen über menschliche Kommunikation sind nach wie vor von großem Nutzen für die Durchführung von Psychotherapien. So meint er beispielsweise, dass nur zwanzig Prozent dessen, was kommuniziert wird, unserem Bewusstsein zugänglich ist. Folglich ist achtzig Prozent dessen, was kommuniziert wird, unbewusst und daher auch nicht

verfügbar. Diese unbewusste Ebene nutzbar zu machen, ist über das Verstehen der analogen Kommunikation möglich. *„Was das Tier versteht, ist offensichtlich nicht die Bedeutung der Worte, sondern die zahlreichen Analogiekommunikationen, die im Ton der Sprache und der sie begleitenden Gestik enthalten sind. Überall, wo die Beziehung zum zentralen Thema der Kommunikation wird, erweist sich die digitale Kommunikation als fast bedeutungslos. [. . .] Denn es ist leicht, etwas mit Worten zu beteuern, aber schwer, eine Unaufrichtigkeit auch analogisch glaubhaft zu kommunizieren. Eine Geste oder eine Miene sagt uns mehr darüber, wie ein anderer über uns denkt, als hundert Worte."* (Watzlawick/Beavin/Jackson, 2011, S. 73).

Diese analoge Kommunikation, derer wir uns so oft und doch unbewusst bedienen, ist das Kernstück der hundegestützten Psychotherapie. Denn durch die intensive Beschäftigung mit und die gute Prägung auf seinen Hund erlernt der Psychotherapeut automatisch das Kommunikationsmuster der Hunde. Diese nonverbale Kommunikation wird außerdem in der Ausbildung zum Therapiehundeteam verfeinert und perfektioniert, sodass diese dem Psychotherapeuten im Einsatz automatisch zugänglich ist. So ist es möglich, dass der Hund die Körpersprache des Klienten versteht, diese spiegelt und so dem Psychotherapeuten verstehbar macht. In Studien wurde belegt, dass Hunde menschliche Mimik unterscheiden können. Ebenso ist es ihnen möglich, unsere spontanen Körperreaktionen zu deuten. *„Die Auswertungen der Forscher zeigten, die meisten Hunde lernten tatsächlich zwischen fröhlichen und zornigen Gesichtshälften zu unterscheiden. Dies gelang ihnen auch spontan bei komplett neuen Gesichtern, wenn die Wissenschaftler ihnen Gesichtshälften präsentierten, die sie in der Übungsphase nicht zu sehen bekommen hatte."* (Wohlfarth/Mutschler, 2017, S. 64).

Dies zeigt, dass Hunde die Fähigkeit besitzen, von „ihrem Menschen" auf den ihnen unbekannten Menschen zu schließen. Diese Fähigkeit wird in der Psychotherapie dahingehend genutzt, dass der Psychotherapeut nicht nur das Gesprochene versteht, sondern ihm auch das Nonverbale des Klienten zugänglicher wird. Es ist dem Psychotherapeuten also möglich, mehr Informationen des Klienten, die während des Prozesses gesendet werden, bewusst wahrzunehmen. So hat er Zugang zu einer nonverbalen-analogen Beziehungssprache genauso wie zu verbal-digitalen Inhaltsaspekten. *„Besondere Beachtung dagegen haben in der kommunikationspsychologischen Literatur der letzten Zeit Nachrichten erfahren, die ‚inkongruent' sind, wo also die sprachlichen und nichtsprachlichen Signale nicht zueinander passen, im Widerspruch zueinander stehen."* (Schulz von Thun, 2003, S. 35).

Diese Inkongruenz können eine Belastung für den Klienten darstellen, da der innere Plan und das, was nach außen gezeigt wird, in Disharmonie stehen. Diese Belastung zeigt der Hund in seinem Spiegeln und Kalmieren. Der Psychotherapeut hat so die Möglichkeit, auf die Spannungen einzugehen und zu versuchen, diese zu lösen. Es werden Beziehungsinhalte sichtbar und dadurch besprechbar. Der Hund hilft beim Spannungsabbau und beim Aufbau positiver Gefühle, welche sich konstruktiv auf das Außen und Innen des Klienten auswirken. *„Positive Emotionen sind die Antriebsfeder unseres Lebens; sie bringen uns dazu, Dinge zu tun, die im Großen und Ganzen gut für uns sind. Sie ermutigen uns, Aktivitäten aufzunehmen, die für das Überleben unserer Art notwendig sind."* (Ekman, 2010, S. 276).

Für den Therapiebegleithund stellt das soziale Umfeld, angeführt vom Psychotherapeuten, sein Rudel dar. Die Aufgabe des Hundes ist daher, jedes konfliktträchtige Verhalten sofort zu erkennen und zu deeskalieren, um die Gruppe dadurch handlungsfähig zu erhalten.

Neben dem Spiegeln wendet der Hund noch die analoge Sprache der „Calming Signals" an. Die Hundeforscherin Turid Rudgaas bezeichnet diese als eine Art Lebensversicherung des Hundes. Denn in freier Wildbahn kann ein Hunderudel nicht überleben, wenn sich seine Mitglieder in ständiger Unruhe und in Konflikten miteinander befinden. Solche Zustände würden das gesamte Rudel schwächen und stressen. So kommt es auch zu keinerlei Kooperation zwischen den Gruppenmitgliedern, was speziell für Jagd und Aufzucht ein wesentliches Kriterium darstellt. Ein so geschwächtes Rudel befindet sich demnach in permanenter Lebensgefahr. Für den Therapiebegleithund stellt das soziale Umfeld, angeführt vom Psychotherapeuten, sein Rudel dar. Die Aufgabe des Hundes ist daher, jedes konfliktträchtige Verhalten sofort zu erkennen und zu deeskalieren, um die Gruppe dadurch handlungsfähig zu erhalten. Dies geschieht durch den Einsatz von Beschwichtigungssignalen. So werden bestimmte Merkmale der Körpersprache des Hundes eben als „Calming Signals" bezeichnet. Denn alles, was sich am Hund bewegen lässt, wird von diesem zur Kommunikation eingesetzt. Er teilt so seine unmittel-

baren Gefühle und sein aktuelles Befinden mit. Diese Signale sind kurz, intensiv, schnell und immer kongruent. In aufsteigender Intensität werden sie als Botschaften an den Psychotherapeuten gesendet, sobald der Hund konfliktträchtiges Verhalten am Klienten wahrnimmt. *„Hunde merken spontan, wenn es einem Gruppenmitglied schlecht geht und legen sich dann oft diesem still zu Füßen. Spannung oder Aggression in der Gruppe ruft bei den Hunden Unruhe bis zu lautem ärgerlichem Bellen hervor, sodass wir dies sofort aufgreifen, benennen und über die Auswirkungen unausgesprochener Wut, Aggression oder Spannung diskutieren können. Auch über traurige oder schambesetzte Dinge zu sprechen fällt leichter, wenn man dabei sein Gesicht im Fell eines verständnisvollen Kameraden verstecken kann."* (Sendera/Sendera, 2013, S. 191).

Nimmt der Hund also konfliktträchtiges Verhalten wahr, beginnt er zunächst mit einem leichten Beschwichtigungssignal, indem er blinzelt, den Blick verkürzt oder ihn abwendet. Er leckt sich leicht und schnell über die Lippen und bewegt sich im Bogen. Ist der Hund nicht erfolgreich, so setzt er mittlere Beschwichtigungssignale ein. Er senkt den Kopf ab, wendet sich ab und wird in seinem Gangmuster langsamer. Das schließliche Hinsetzen hat zum Ziel, die Dynamik im Raum zu verändern, zu entschleunigen und zu beruhigen. Eine starke Eskalation erkennt der Psychotherapeut am Gähnen des Hundes, am Einfrieren und sich setzen oder hinlegen. Im optimalen Fall zu Füßen des größten Stressors in der Gruppe. Es sind achtundzwanzig solcher „Calming Signals" bekannt, welche der Hund in seinem wachen und aktiven Zustand einsetzt. Manchmal werden diese Botschaften durch so schnelle Gesten vermittelt, dass es selbst dem geschulten Psychotherapeuten schwerfällt, diese aktiv wahrzunehmen. Der Hund allerdings setzt seine Signale solange ein, bis ein gewünschtes Verhalten beim Gegenüber eintritt. Im Gegensatz zu Drohsignalen, welche distanzfordernd gemeint sind und die der Hund nur zeigt, wenn er sich massiv bedroht fühlt, haben „Calming Signals" immer das Ziel zu beruhigen und Angst, Stress, Zorn sowie jeden anderen konfliktträchtigen Gemütszustand im Gegenüber abzubauen. Die Kommunikation des Therapiebegleithundes ist friedensstiftend, konfliktlösend und besänftigend. Ihr Zweck dient dazu, Ruhe zu schaffen und zu deeskalieren, also Konflikte im Innen und Außen zu vermeiden. *„Therapeutisches Intervenieren unter Einbeziehung analoger Medien birgt einen dramatischen Bogen, der sich zumeist von der Repräsentation einer Ist- hin zur Abbildung einer Wunsch- oder Unterschiedssituation spannt."* (Grossmann, 2018, S. 158).

PROBLEMVERSTÄNDNIS – MENSCHENVERSTÄNDNIS

Um das Entstehen von Problemen zu erfassen, braucht der Psychotherapeut eine Idee über das Zustandekommen menschlichen Verhaltens. Denn der Mensch ist weder ausschließlich Produkt seiner Umwelt noch ist er ausschließliches Produkt seiner biologischen Entwicklung. Vielmehr ist sein Verhalten das Ergebnis von vernetzten Prozessen, welche selbstorganisiert wirken. Es gibt eine Vielzahl von Ursachen, die Probleme ermöglichen: wie zum Beispiel der Umstand, dass jemand nie gelernt hat, mit spezifischen Anforderungen einer komplexen sozialen Situation, etwa einem Arbeitsplatz- oder Schulwechsel, umzugehen. Aber auch Defizite in der Interpretation kommunikativer Signale können eine solche Problemursache sein. Möglich ist zudem, dass der Klient einen schlechten Kontakt zu seinen Gefühlen hat sowie Bedürfnisse nicht wahrnehmen kann und diese daher auch nicht zu äußern vermag. Ein Mangel an Fähigkeit zur Selbstbeobachtung und Selbstreflexion kann ebenfalls zu Konflikten beitragen.

Des Menschen Grundstimmungsqualität wird von Lust und Unlust geleitet. Am Beginn jedes Problems steht daher das Gefühl der Unlust, das bei häufiger Wiederholung zu einer dauerhaften Belastung wird. Schwindet zusätzlich die Hoffnung, diese belastende Situation bewältigen zu können, wirkt sich das zunehmend negativ auf das Selbstwertgefühl aus. Werden solche unangenehmen Gefühle auch noch direkt mit dem Gegenüber in Verbindung gebracht, so kommt es, wie Ekman es beschreibt, zu unangemessenen emotionalen Reaktionen. Diese beschleunigen ein Eskalieren und aus einem Problem entsteht ein Konflikt. *„Da das Problem den Konflikt bedingt, gilt es, [...] die Augen offen zu halten, um nichts aus dem ‚Problemauge' oder dem ‚Konfliktauge' zu verlieren."* (Murhammer, 2015, S. 38).

Kommt es allerdings zu einer Konfliktvermeidung, so kann das Problem bestehen bleiben und als Symptom sichtbar werden. *„Eine Familie schließlich, die nicht zur Konfliktlösung fähig ist, hat eine niedrige Konfliktschwelle. [...] andere Familien streiten zwar, aber sie schaffen es, eine echte Konfrontation zu umgehen. Infolgedessen werden die Probleme nicht ausgehandelt und nicht gelöst. [...] Das System verstärkt sein symptomatisches Verhalten, um das Muster der Konfliktvermeidung aufrecht zu erhalten."* (Minuchin, 2015, S. 171).

DIE ESKALATIONSDYNAMIK IM PSYCHOTHERAPIEPROZESS

Wie bereits beschrieben, ist eine gut funktionierende Stressregulation überlebenswichtig. Werden also unsere elementarsten Bedürfnisse nicht erfüllt und kommt es zu einer Dauerbelastung, einhergehend mit einer Stressregulationsstörung, können diese erlebten

Bedürfnisbedrohungen Konflikte auslösen. *„Wenn wir Stresserfahrungen und damit assoziierte Bedürfnisse aus unserer bewussten Wahrnehmung ausschließen, verhindert dies ihre adäquate Beantwortung bzw. die Chance angemessener Bedürfnisbefriedigung; es verhindert Möglichkeiten der adäquaten Rückregulation von Stress; es bedingt, dass wir uns Situationen aussetzen, für die wir aufgrund unserer Vulnerabilität nicht ausreichend gerüstet sind; und es hat zur Folge, dass wir dauerhaft in Lebenskontexten verbleiben oder diese (mit)aufrechterhalten, die mit hoher Belastung einhergehen."* (Grossmann/Russinger, 2011, S. 30).

STRESSESKALATION UND PROBLEMZUSTÄNDE

Wenn also nicht erfüllte Bedürfnisse innere Konflikte verursachen und diese durch mangelnde Stressregulation eskalieren, kann sich dies durch destruktives Denken, Fühlen oder Verhalten manifestieren. *„Wenn ich mir nicht eingestehen will, dass mich meine eigenen Schwächen ärgern, dann kann es unbemerkt geschehen, dass ich diese Schwächen desto deutlicher im Gegner sehe und heftig an ihm bekämpfe. Darum sind soziale Konflikte immer eine existentielle Herausforderung an unser Selbstbild."* (Glasl, 2013, S. 38).

„Problemzustände werden unter anderem durch Prozesse negativer Aufmerksamkeit – durch Ablehnung, Abwertung, Katalogisierung – aufrechterhalten: Wir fokussieren das, worunter wir leiden, in einer Haltung der Verneinung und sorgen so für seine latente Aktivierung." (Grossmann/Russinger, 2011, S. 31). Diese aufrechterhaltenden Problemzustände führen zu einer Beeinträchtigung unseres Denkens und einer Trübung unserer Vorstellungen. Durch diese Art der verzerrten Wahrnehmung, welche zunehmend einseitig wird, kann es zu ambivalenten Gefühlserleben und so zu einer emotionalen Übererregung kommen. Seelische Faktoren beeinflussen einander wechselseitig und werden durch Verhalten und Effekte im Außen sichtbar. Es kann zu selektiver Wahrnehmung und Komplexitätsreduktion kommen, da die Vielschichtigkeit der Wirklichkeit nur so bewältigbar erscheint. Problemerzählungen können verzerrt dargestellt werden, das Schwarz-Weiß-Denken kann dominieren und das Polarisieren zunehmen. In einer derartigen Dynamik kann es geschehen, dass der eigene Anteil an einem sozialen Konflikt aufgrund der persönlichen, stressbedingten Notlage nicht mehr gesehen und im Sinne einer Self-fullfilling prophecy alles Negative dem Gegenüber zugeschrieben wird.

AKTIVE STRESSREGULATION

Die folgenden Bilder zeigen den Therapiebegleithund Wolly mit Klientin AB.

Bild 1: **Der Therapiehund kann durch seine Nähe und Berührungen der hochbelasteten Klientin eine Art von Sicherheit geben, welche die Therapeutin in dieser Form nicht geben kann oder darf.**

Bild 2: **Die Klientin zeigt eine Anspannung. Ihre Hände sind zwischen den Beinen eingeklemmt, Bauch und Gesäß sind verspannt, die Beine angezogen und die Zehen deutlich verkrampft. Der Therapiebegleithund nimmt die Spannung wahr.**

Bild 3: **Der Therapiehund nimmt sofort Kontakt zur Therapeutin auf, um dieser die Notwendigkeit der Unterstützung bei der Stressregulation anzuzeigen. Die Therapeutin ihrerseits hat nun die Gelegenheit, die belastende Stimmung aufzugreifen, diese anzusprechen und zu intervenieren, indem sie Sicherheit vermittelt und stabilisiert.**

Bild 4: **Der Therapiebegleithund bietet sich gleichzeitig zur Stressreduktion in Form eines starken Calming Signals an (auf den Rücken rollen), welches die Klientin spontan annimmt.**

Bild 5: **Erst als der Hund eine deutliche Stressreduktion wahrnimmt (im Bild verdeutlicht durch das Vorrutschen von Bauch und Gesäß, die Entspannung der Zehen, das Streicheln und Verbleiben der Hand am Hund), nimmt dieser wieder seine passive Rolle im Therapieprozess ein.**

NUTZEN DES HUNDES IN DER PSYCHOTHERAPIE

A) PROBLEMZUSTÄNDE ERKENNEN UND BESPRECHBAR MACHEN

„Therapie muss also Kommunikation sein, die das ‚Problemsystem' auflöst oder Möglichkeiten aufzeigt, dies zu tun." (Koch, 2012, S. 8).

Wesentlich ist, den eigenen Anteil am Problem zu erkennen. Der Hund kann durch das Erkennen einer stressbehafteten Situation dabei hilfreich sein, diesen wichtigen ersten Schritt, damit der Klient Verantwortung für sein eigenes Verhalten übernehmen und dies auch letztlich verändern kann, zu machen. Er kann dabei unterstützen, den Klienten aus seiner Problemtrance zu lösen und in ein dynamisches Erleben einzuladen. So ist eine Neukonstruktion, eine Problemverschiebung möglich. Durch das Symbolisieren beispielsweise, kann der Klient neue Problemsichten erlangen. Durch ‚Einkleiden' des Hundes in das Problemsystem werden neue Erfahrungen möglich, die prozessbegleitend besprechbar sind. *„Im Problemsystem geht man davon aus, dass nicht soziale Strukturen Probleme haben, sondern dass Probleme soziale Strukturen erzeugen. Die Grundlage zur Bildung von Problemsystemen sind negative Emotionen."* (Koch, 2012, S. 9).

Die Therapiesitzungen wurden hier mit Einwilligung der Klientin gefilmt. So konnten die ganze Sitzung bzw. auch nur bestimmte Sequenzen gezielt gemeinsam angesehen und nachbesprochen werden. Das Verhalten der Klienten wurde vom Hund unmittelbar gespiegelt und durch den Therapeuten bewusstgemacht. Dadurch kann Selbstreflexion angeregt werden. *„Die Kunst ist es, dass wir lernen, uns möglichst selbstbestimmt ein hinreichend stabiles und flexibles soziokulturelles Schnittmuster für eine eigene kohärente und gleichzeitig facettenreiche Identität als Individuum und als mikrosoziales im Weiteren sogar makrosoziales System zu schaffen."* (Trost, 2018, S. 287).

So fungiert der Hund auch als Vermittler, der dem System Therapeut/Klient „zuspielt" und durch seine „Eisbrecherfunktion" den Kommunikationsfluss fördert. Ebenso kann die Wahrnehmung positiv beeinflusst und das Schwarz-Weiß-Denken verringert werden.

B) POSITIVES ERLEBEN FÖRDERN: DER HUND ALS DRITTER

Durch den gezielten Einsatz des Therapiebegleithundes kann ein positives Erleben und Verhalten der Klienten angeregt werden. Als konstruktive Elemente werden hierbei die emotionale Nähe, das bedingungslose Angenommen-werden und die Stressreduktion über den Hund wahrgenommen. Mit verschiedenen Signalen seiner Beschwichtigungstools, also der analogen Kommunikation, werden diese Elemente ergänzt. Wesentlich ist dabei auch ein Beziehungsaufbau zwischen Hund und Klient, der alle Kriterien einer sicheren Bindung aufweist und so eine beziehungskorrigierende Erfahrung ermöglicht. „Der intergenerationale Einfluss der Familien–Narrative auf das ‚Primäre Dreieck' (Vater–Mutter–Kind) kann kaum überschätzt werden und bereits in frühester Säuglingszeit zu Koalitionen, Triangulationen, Konfliktvermeidung oder Ausstoßung motivieren, was sich, anders als bei späteren Konfliktkonstellationen, tief in das kindliche Gehirn einbrennt." (Trost, 2018, S. 159). Auch Minuchin meint dazu: *„Wenn unterschwellige oder nicht ausgehandelte Konflikte die eheliche Dyade bedrohen, wird der identifizierte Patient einbezogen (und bringt sich in der Tat selbst mit ein), und auf diese Weise wird eine starre Triade geschaffen."* (Minuchin, 2015, S. 272).

Um genauer zu beschreiben, wie das Verhalten des Hundes genutzt werden kann, soll hier das Konzept der Triade näher beschrieben werden. Die Triadifizierung geschieht immer dann, wenn zwei Individuen aus ihrem dyadischen Verhalten, sich einer dritten Person öffnen und diese gleichberechtigt an- und aufnehmen. *„Damit die anwesenden Tiere positiv den Aufbau des therapeutischen Settings unterstützen, weisen wir darauf hin, wie wichtig unser vorgelebter Umgang mit unseren Tieren ist. Die therapeutische dyadische Beziehung wird durch die anwesenden Tiere, die als unverwechselbare Individuen gelten, teilweise erweitert (Triangulierung)."* (Frick/Tanner, 2016, S. 110). Hier ist gemeint, dass der Klient allein durch das Beobachten, wie der Psychotherapeut mit seinem Hund interagiert, bereits Rückschlüsse ziehen kann, wie die beiden Beziehungen gestalten und wie eine Beziehung zu ihm als Dritten aussehen könnte. Durch Beobachtung werden Beziehungsmuster klar und vorhersehbar. Dies wiederum vermittelt Sicherheit und reduziert Ängste. In einem weiteren Schritt wird die Beziehungsgestaltung zwischen Therapiebegleithund und den Klienten vom systemischen Psy-

chotherapeuten beobachtet. Durch Interaktion der beiden ist bereits ein etwaiges deeskalierendes Verhalten der Klienten durch den Hund möglich, da durch seine klare, analoge Kommunikation auch wieder Transparenz in der Beziehungsgestaltung erfolgen kann. Authentisches, nicht wertendes Annehmen durch den Hund wirkt auch hier regulierend. Auch wenn Klient und Therapeut das Verhalten des Hundes gemeinsam beobachten und darüber sprechen, ist eine wichtige Brücke zueinander bereits gebaut. *„Triangulierungskompetenz meint die Fähigkeit, aus einer dritten Person heraus auf sich selbst zu sehen – auch auf sich selbst in Beziehung zu anderen. Die Fähigkeit, innerlich einen Perspektivenwechsel vornehmen zu können, ist eng verbunden mit der Reflexionsfähigkeit und der Mentalisierung. Über mich selbst und über andere als motivationale Subjekte nachdenken zu können bedeutet immer auch, sich mit dem eigenen Selbst und dem Objekt wechselseitig zu identifizieren."* (Ganser, 2014, S. 84).
Selbst- und Fremdwahrnehmung werden durch das Miteinbeziehen eines Dritten, nämlich des Hundes, sichtbar und dadurch besprechbar. Folgt man der Beschreibung Ludewigs, dass ein Problemsystem aus Mitgliedern einer Sequenz kommunikativer Interaktionen besteht, so ist die Auflösung von Problemkommunikation das Ziel der systemischen Psychotherapie. Das Miteinbeziehen des Hundes in den Therapieprozess ermöglicht neue Beziehungserfahrungen und dadurch auch einen möglichen neuen Blick auf sich selbst. *„Wir sind in unserem Innersten viel mehr, als wir uns vorstellen können. Ja, sogar genau die Aspekte, von denen wir meinten, sie würden unsere Wertlosigkeit beweisen, sind in Wirklichkeit Rohdiamanten. Wir sind von Natur aus gut, durch und durch."* (Schwartz, 2008, S. 91). Diesen Rohdiamanten erkennt der Hund in uns, indem er einen annimmt, ohne zu bewerten und zu beurteilen. So gibt er uns die Möglichkeit, ein von Grund auf gutes, weises, friedfertiges und mitfühlendes Selbst zu erkennen und anzunehmen.

C) INTERAKTION MIT DEM HUND

Es lassen sich grundlegend zwei Verhaltensweisen des Hundes nutzen. Zum einen ist es das bereits oben beschriebene aktivierend-interaktive Verhalten, das der Hund in Form von Interaktionsangeboten an den Klienten setzt. Dies soll beim Klienten ein lösendes, auffordernde und ins Handeln kommendes Verhalten initiieren. Zum anderen zeigt der Hund aber auch abwartend-reaktives Verhalten und zwar immer dann, wenn der Klient von sich aus Initiative zeigt. Ein heftiges Kneten oder Streicheln unterstützt den Klienten beispielsweise beim Stressabbau. Dafür bietet sich der Hund gerne an und lässt dies auch zu. So wird erreicht, dass erregte Klienten zur Ruhe kommen und zurückhaltende Klienten aktiviert werden, um aktiv am Therapieprozess teilnehmen zu können. *„Die Analyse des Verhaltens der Hunde zeigt auch, dass die hier eingesetzten Therapiebegleithunde in gewisser Weise in der Lage sind, differenziert auf Kinder mit verschiedenen Diagnosen einzugehen und adaptiert zu reagieren."* (Porthmann, 2015, S. 290).
In Bild 6 zeigt sich die Anspannung der Klientin zu Beginn der Sitzung:

- Beide Hände sind zur Faust geballt und werden in die Bank gedrückt.
- Der Bauch ist sichtbar angespannt.
- Die Füße verschwinden unter dem Gesäß.

Der Hund nimmt diese Spannungen wahr und aktiviert selbstständig die Klientin, indem er sich zunächst ihrer Faust nähert. Dann bietet er sich zum Streicheln an. Dieses Angebot wird von der Klientin spontan angenommen und sofort stellt sich durch eine Form von Stressregulation eine deutlich sichtbare Entspannung ein (Bild 7).

- Der Bauch wird länger.
- Die Fäuste öffnen sich.
- Die Füße werden unter dem Gesäß hervorgezogen.
- Eine Hand streichelt das weiche Fell.
- Die andere Hand ruht entspannt im geöffneten Schoß.

Diese Interaktion mit dem Hund wurde von der Klientin nicht bewusst wahrgenommen und wurde erst durch die Reflexion des Videomaterials für sie sichtbar. Erkennbar war die deutliche Stimmungsveränderung, welche ihr einen raschen Zugang zu positiven Gedanken ermöglichte. Zudem wurde eine Reduktion von destruktiven Problembeschreibungen deutlich.

D) DER HUND ALS „EISBRECHER"

Es wird auch angenommen, dass Tiere allein durch ihre Anwesenheit und ihr Verhalten Gespräche anregen können. Sie erleichtern es, den Gesprächsfokus

Bild 6: **Anspannung der Klientin**

Bild 7: **Entspannung der Klientin**

zunächst auf ein externes, neutrales Thema zu lenken. So fungiert der Hund auch als Vermittler, der dem System Therapeut/Klient „zuspielt" und durch seine „Eisbrecherfunktion" den Kommunikationsfluss fördert. Ebenso kann die Wahrnehmung positiv beeinflusst und das Schwarz-Weiß-Denken verringert werden. Durch das wertfreie Annehmen, Kontakt-Aufnehmen und Sicherheit-Geben des Therapiebegleithunds kann dieser den Klienten auch eine soziale Unterstützung sein. Gemeinsames Reden über ihn und eventuell eine gemeinsame Fürsorge können ein Gefühl der Zusammengehörigkeit schaffen und auch weiter befördern. Das kann auch in der Paar- und Familientherapie gut genutzt werden.

Insgesamt kann also der Therapiebegleithund als ein gekonnter Initiator von vielschichtigen, positiven Wahrnehmungen und als ein verlässlicher Unterstützer bei der Anregung und Vertiefung von selbstreflexiven Prozessen verstanden werden.

LITERATUR

Arvay, C. G. (2016). Der Biophilia-Effekt. Heilung aus dem Wald. Wien: edition a.

Ciompi, L., Endert, E. (2011). Gefühle machen Geschichte. Die Wirkung kollektiver Emotionen – von Hitler bis Obama. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Ekman, P. (2010). Gefühle lesen. Wie Sie Emotionen erkennen und richtig interpretieren. Berlin, Heidelberg: Springer.

Frick Tanner, E. B., Tanner-Frick, R.A. (2016). Praxis der tiergestützten Psychotherapie. Bern: Hogrefe.

Ganser, G. (2017). Hundegestützte Psychotherapie. Einbindung eines Hundes in die psychotherapeutische Praxis. Stuttgart: Schattauer.

Glasl, F. (2013). Konfliktmanagement. Ein Handbuch für Führungskräfte, Beraterinnen und Berater. Bern: Freies Geistesleben.

Greiffenhagen, S., Buck-Werner, O. N. (2012). Tiere als Therapie. Neue Wege in Erziehung und Heilung. Nerdlen: Kynos Verlag.

Grossmann, K. P. (2018). Wenn Kinder größer werden. Familientherapie mit älteren Kindern und Jugendlichen. Heidelberg: Carl-Auer.

Grossmann, K. P., Russinger, U. (2011). Verwandlung der Selbstbeziehung. Therapeutische Wege zur Freundschaft mit sich selbst. Heidelberg: Carl-Auer.

Julius, H., Beetz, A., Kotrschal, K., Turner, D.C., Uvnäs-Moberg, K. (2014). Bindung zu Tieren. Psychologische und neurobiologische Grundlagen tiergestützter Interventionen. Göttingen, Bern: Hogrefe.

Koch, R. (2012). Der Mensch-Tier-Kontakt als Teil der systemischen Therapie. Welchen Nutzen haben KlientInnen durch die Einbeziehung von Pferden? Norderstedt: GRIN.

Kotrschal, K. (2016). Hund & Mensch. Das Geheimnis unserer Seelenverwandtschaft. Wien: Brandstätter.

Minuchin, S. (2015). Familie und Familientherapie. Theorie und Praxis struktureller Familientherapie. Freiburg im Breisgau: Lambertus.

Murhammer, A. B. (2015). Konfliktarbeit in der Montessoripädagogik. Anwendungen von Methoden und Elementen der Mediation. Saarbrücken: VDM.

Schulz von Thun, F. (2003). Miteinander reden 1. Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der Kommunikation. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch.

Schwartz, R. C. (2008). IFSSM. Das System der Inneren Familie. Ein Weg zu mehr Selbstführung; Norderstedt: Books on Demand.

Sendera, A., Sendera, M. (2016). Skills-Training bei Borderline- und Posttraumatischer Belastungsstörung. Berlin, Heidelberg: Springer.

Trost, A. (2018). Bindungswissen für die systemische Praxis. Ein Handbuch. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Vernooij, M. A., Schneider, S. (2013). Handbuch der Tiergestützten Intervention. Grundlagen Konzepte Praxisfelder. Wiebelsheim: Quelle & Meyer.

Wagner, E., Russinger, U. (2016). Emotionsbasierte systemische Therapie. Intrapsychische Prozesse verstehen und behandeln. Stuttgart: Klett-Cotta.

Watzlawick, P., Beavin, J. H., Jackson, D. D. (2011). Menschliche Kommunikation. Formen Störungen Paradoxien. Bern: Hans Huber.

Wippich, B. (2015). Co-Therapeut Hund? Über den Einsatz von Hunden in der psychiatrischen Praxis. Hamburg: Diplomica.

Wohlfarth, R., Mutschler, B. (2017). Praxis der hundegestützten Therapie. Grundlagen und Anwendung. München: Ernst Reinhardt.

INTERNETQUELLEN:

Bibliographisches Institut GmbH. Duden online. Stichwort: Therapie. https://www.duden.de/rechtschreibung/Therapie (26.09.2019, 17:24)

http://www.esaat.org/definition-tiergestuetzter-Therapie/ (26.09.2019, 17:40)

http://www.tiergestuetzte-systemische-therapie.de/information/virginia-satir (03.09.2019, 15:53)