

# Astrid Aigner-Murhammer

## Der Therapiebegleithund in der systemischen Psychotherapie

### INTRO

**D**as 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<sup>1</sup> 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 konfliktrichtigem 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 konfliktrichtigen 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-

<sup>1</sup> Aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit wird in diesem Artikel die männliche Form verwendet.





















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 gekannter 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.
- Ciampi, 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)