

Hinweis: Diese Artikelfassung entspricht nicht vollständig dem in der Zeitschrift veröffentlichten Artikel. Dies ist nicht die Originalversion des Artikels und kann daher nicht zur Zitierung herangezogen werden.

# Tiere als Tor zur Seele

## Erfahrungen aus einer psychotherapeutischen Praxis

von Elisabeth Frick Tanner und Robert Tanner-Frick

In diesem Artikel stellen wir unsere Erfahrungen in der tiergestützten Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen vor. Verschiedene Heimtiere beleben den Alltag unserer Gemeinschaftspraxis in St. Gallen (Schweiz). Ein zentrales Anliegen ist, die Tiere artgerecht und stressfrei mit einzubeziehen.

Andrea verweigerte aufgrund seelischer Konflikte die sprachliche Kommunikation außerhalb der Familie (elektiver Mutismus). Bereits im Kindergartenalter bemühte sich das aufgeweckte Mädchen, Schreiben zu lernen, um sich mitzuteilen. Zu Beginn jeder Therapiestunde begrüßte das Kind unsere beiden Siam-Thai-Katzen, selbstverständlich ohne sprachliche Äußerungen. Im Kontakt mit den Tieren zeigte sie eine äußerst differenzierte Körpersprache, die ich verbal kommentierte. Andrea war erstaunt über die vielfältigen Ausdrucksweisen der beiden Katzen, insbesondere deren Vokalisationsverhalten. Dieses Initialritual half uns, die anschließende

psychotherapeutische Arbeit überhaupt zu beginnen: Im Sandspiel und mittels anderer symbolisch-gestalterischer Ausdrucksformen bearbeitete das Kind ihre seelischen Schwierigkeiten. Am Ende jeder Stunde war es für sie notwendig, sich von den beiden Katzen zusammen mit der Mutter zu verabschieden. Beim Verlassen der Praxis sprachen Tochter und Mutter miteinander in ihrer Muttersprache (Therapieabschluss mit 8½ Jahren).

### Eine gemeinsame Geschichte

Aus theoretischem Verständnis ist die Integration psychodynamischer und entwicklungspsychologischer Erkenntnisse mit den Erfahrungen und Beobachtungen der Verhaltensforschung (Ethologie) die Grundlage der tiergestützten Psychotherapie. Die gemeinsame stammesgeschichtliche Entwicklung im Tierreich, im speziellen der Säugetiere, erlauben uns Menschen, die tiefe kreatürliche Verbundenheit



© Elisabeth Frick Tanner und Robert Tanner-Frick



zu nutzen: Entsprechend der evolutionsgeschichtlichen Entwicklung verfügen Menschen und Tiere über viele gemeinsame Erlebens- und Verhaltensweisen. Neuropsychologische Erkenntnisse über die Hirnentwicklung, den neuroanatomischen Aufbau und die Funktionsweisen des zentralen Nervensystems bestätigen dies vollumfänglich. So sind z. B. die wichtigen emotional-motivationalen Systeme bei allen Säugetieren in denselben Hirnregionen lokalisiert und in ihren Auswirkungen äußerst ähnlich. Zu diesen angeborenen motivationalen Funktionsweisen gehören unter anderem: Fürsorge suchen und Fürsorge spenden (Bindungsverhalten), Verteidigung (Kampf- und Fluchtreaktionen), Konkurrenz (Dominanz und Unterwerfung), soziale Rankämpfe, Sexualverhalten, Spielverhalten und Kooperationsverhalten.

### Was bewirken Tiere in der Psychotherapie?

Die Anwesenheit der Tiere in der Praxis erleichtert den Einstieg in die therapeutische Behandlung (Türöffner- und Eisbrecherfunktion). Die Tiere bieten den Kindern spontan Körperkontakte und Beziehungsmöglichkeiten an. Sie lösen vielseitige Gefühle und Emotionen aus, die den therapeutischen Prozess bereichern. Sie erleichtern den Zugang zu Konflikten, Ängsten und existentiellen Fragen. Tiere akzeptieren die Kinder so, wie sie sind. Dies stärkt ihr Selbstwertgefühl

und fördert ihr Selbstkonzept. Im Kontakt mit den Tieren lernen die Kinder, verlässlich und respektvoll mit Lebewesen umzugehen. Die Empathiefähigkeit, d. h. die Einfühlung in andere Lebewesen wird entwickelt, sowie das Verständnis für die Bedürfnisse, respektive Lebensrechte anderer, gefördert.

Ein 12-jähriger Knabe wurde mir zur therapeutischen Behandlung zugewiesen. Er litt unter starken Kontakt- und Beziehungsproblemen. In der Schule erlebte er sich als Außenseiter und litt darunter, in der Klasse sozial nicht integriert zu sein. In den therapeutischen Sitzungen begrüßte er zu Beginn der Stunde unsere Tiere. Durch den Körperkontakt mit dem Hund wurde er gelöster und entspannter. Der Großpudel Odin vermittelte ihm das Gefühl, wertgeschätzt und akzeptiert zu sein. Die sicherheitsgebende und beschützende Atmosphäre ermöglichte ihm, seine tiefgreifenden Verstimmungen und Ängste wahrzunehmen und auszudrücken. Die unterstützende therapeutische Beziehung und die Anwesenheit der Tiere halfen ihm, sich emotional zu öffnen und sein negatives Selbstbild zu korrigieren. Die Siam-Thai Katze Kleopatra erlebte der Knabe als spontanes und lebhaftes Mitgeschöpf. Er überlegte und besprach mit mir, wie er mit sich selber ein vergleichbares unverkrampftes und selbstverständliches Dasein leben könnte. Die Beziehungen zu den verschiedenen Tieren unterstützten ihn,





seine eigene spontane, lebhaft und kreative Seite zu entwickeln. So gelang es dem Jugendlichen, in der Schule und zu Hause vermehrt diese lebendigen Seiten zu zeigen. Als Therapeutin war es mir möglich, mit der Anwesenheit der spontanen Ausdrucksweisen der Tiere, seine Einschränkungen anzusprechen und seine Lebensmöglichkeiten zu erweitern.

### Artgerechte Haltung

Eine sichere, stressfreie Beziehung zwischen therapeutischer Person und Tieren ist die Grundlage der tiergestützten Therapie. Die speziellen Lebensge-

wohnheiten und Bedürfnisse der einzelnen Tiere sind artgerecht zu erfüllen; im Rahmen tiergestützter Interventionen sind nur domestizierte Tierarten einzubeziehen. Das geltende Tierschutzgesetz unterstützt die Haltung der Kleintiere entsprechend

ihrer sozialen Bedürfnisse (Haltung in Sippen und mit Artgenossen). Die Tiere benötigen eine zuverlässige, konstante Betreuung. Die Einsätze sind sinnvollerweise in ihrem eigenen Revier abzuhalten und zeitlich zu begrenzen. Das Stresslevel der Tiere und entsprechendes Verhalten muss von der therapeutischen Person berücksichtigt werden. Den Tieren sind Rückzugsmöglichkeiten einzuräumen; Hygienevorschriften und regelmäßige tierärztliche Kontrollen müssen eingehalten werden.

### Auswahl der Tiere

Die artgerechte Aufzucht domestizierter Tiere, die in ihrer Sozialisierungsphase stressfreie Kontakte zu Artgenossen und Menschen erlebt haben, sind für die therapeutischen Interventionen gute

Voraussetzungen. Unserer Erfahrung nach bewähren sich Tiere, die eine sichere, zuverlässige und tragfähige Bindung zur therapeutischen Person leben. Je besser wir das individuelle Verhaltensrepertoire unserer Tiere kennen, desto vielfältiger und sicherer gestaltet sich die therapeutische Arbeit.

Abschließend möchten wir festhalten, wie hilfreich die Tiere in unserem eigenen Alltag sind. Unsere seelische Lebendigkeit und Stabilität werden durch die Anwesenheit unserer Tiere wesentlich unterstützt.

### Dr. phil. Elisabeth Frick Tanner

*Fachpsychologin für Psychotherapie FSP*

*Dr. med.*

*Robert Tanner-Frick*

*Facharzt für Psychiatrie & Psychotherapie FMH, Kinder- & Jugendpsychiatrie FMH*

*Seit über 25 Jahren freiberufliche Arbeit in der Gemeinschaftspraxis Altamira in St. Gallen*

*(Schweiz; <http://www.tiergestuetzte-psychotherapie.ch/>).*

*Tiefenpsychologische, entwicklungspsychologische und psychotraumatologische Spezialausbildungen. Verschiedene Haustiere (Hund, Katzen, Kaninchen, Meerschweinchen, Wellensittiche) begleiten und bereichern die therapeutischen Tätigkeiten.*

„Entsprechend der evolutionsgeschichtlichen Entwicklung verfügen Menschen und Tiere über viele gemeinsame Erlebens- und Verhaltensweisen.“