

Tiergestützte Therapie (TTh)

Tiergestützte Intervention (TGI) ist eine seit dem 18. Jahrhundert angewandte Methode, die in Europa Bedeutung erlangte, als der englische Quäker und Philanthrop William Tuke einige Tiere im „York Retreat“ (einer psychiatrischen Einrichtung) einsetzte. Tuke erkannte, dass der Umgang mit Tieren eine beruhigende Wirkung auf die Patienten hatte und zu einer Verbesserung ihres allgemeinen Wohlbefindens führte. Seitdem wurde der therapeutische Nutzen von Tieren zunehmend wissenschaftlich untersucht und bestätigt. Aktuell werden Tiere verschiedener Arten und Rassen aufgrund der ganz unterschiedlichen Wirkfaktoren in vielen Bereichen eingesetzt, wobei unterschiedliche positive Effekte entstehen:

- **Physiologische Effekte**
Der Kontakt zum Tier führt zur Aktivität des Parasympathikus, unserem „Entspannungssystem“ im vegetativen Nervensystem¹. Der Hauptteil des Parasympathikus – der Nervus Vagus – übernimmt und führt in die Entspannung: die Ausschüttung von Stresshormonen (Cortisol/Adrenalin) wird reduziert, Blutdruck und Herzfrequenz sinken, mit der Stressreduktion zugleich entstehen diverse „positive“ Emotionen, die Herzratenvariabilität (die ein Marker für die allgemeine Gesundheit ist) steigt und viele Effekte mehr.
- **Somatische Effekte**
Durch die physiologischen Effekte werden somatische Reaktionen hervorgerufen: Magen und Darm beruhigen sich, Schweißproduktion wird zurückgefahren...
- **Emotionale Effekte**
Der Transport bestimmter Neurotransmitter und Hormone wird angeregt, die weiterhin zum Wohlfühlen, zur Entspannung beitragen: z.B. Oxytozin (eigentlich ein Proteohormon, also ein Eiweiß), ebenso wird vermehrt Serotonin produziert, das daraufhin vermehrt im synaptischen Spalt verbleibt und damit Wohlgefühl fördert. Auf diese Weise ist der Effekt auch protektiv, da Serotonin und Oxytozin depressiven Erkrankungen vorbeugen bzw. diese heilen (SSRI = selektive Serotonin Wiederaufnahme-hemmer werden zur Depressionstherapie eingesetzt).
- **Verhaltensbezogene Effekte**
Die Interaktion mit Tieren kann das Verhalten von Menschen positiv beeinflussen und z.B. dazu beitragen, das Selbstbewusstsein und die Verantwortungsübernahme zu stärken. Tiere, darunter nicht nur Hunde, werden auch erfolgreich in der Rehabilitation von Straftätern eingesetzt, um soziale Fähigkeiten und Empathie zu fördern. So werden z.B. in einigen Haftanstalten und Jugendhaft- oder Arrestanstalten Kaninchen gezüchtet, deren Versorgung den Insassen obliegt.



Wenn auch Katzen, Hühner, Kaninchen, Meerschweinchen, zunehmend Alpakas und Pferde in der TGI eingesetzt werden, sind doch Hunde durch ihre besondere Fähigkeit, Menschen und ihre Emotionen zu „lesen“, durch ihre Empathie und ihre Trainierbarkeit besonders zum Einsatz in der Therapie geeignet. Sie akzeptieren Menschen bedingungslos, bewerten und urteilen nicht nach Äußerlichkeiten oder Fähigkeiten, sie sind zugewandt und intelligent, was sie zu besonderen „Co-Therapeuten“ macht.

¹ Pientka, M. (2024): *Mentale Gesundheit für Polizei und Rettungskräfte. Psychologische Grundlagen und Werkzeuge für Einsatzkräfte*. Springer. Kap. 5.3.2 und 7.3.2