

therapeutische Reiten oder einfacheren Interaktionen, psychologisch auf die Klienten auswirkt. Trotz eines gewissen öffentlichen Konsenses zu den positiven Effekten von Pferden, ist dieses Feld bislang mehr oder weniger unerforscht und basiert in den meisten Fällen lediglich auf Einzelfallberichten. Das wenige empirische Material, was bisher Auskunft über positive Ergebnisse pferdegestützter Interventionen gibt, erscheint tendenziell eher nicht valide und ist meist schwierig zu interpretieren – was auch teilweise dem nicht allzu präzisen Forschungsdesign geschuldet ist.

Der Zweck dieses Reviews war es, relevante Forschungsergebnisse im Hinblick auf die psychologischen Effekte pferdegestützter Interventionen abzuklopfen und darauf aufbauend Empfehlungen für künftige Forschungen abzuleiten. Die Ergebnisse aus diesem Review weisen darauf hin, dass pferdegestützte Interventionen durchaus Potenzial besitzen, besonders in Bezug auf soziale und verhaltensbedingte Sachverhalte bei Kindern und Jugendlichen, sowie möglicherweise auch affektiven Störungen bei Erwachsenen. Dennoch erlauben die derzeitigen Forschungsergebnisse nicht zwangsläufig den Schluss, dass pferdegestützte Interventionen per se wirksam sind. Gerade deshalb bedarf es auf diesem Gebiet randomisierter kontrollierter Studien, also der Notwendigkeit der Standardisierung und Dokumentation pferdegestützter Interventionen sowie der Ergebnisse bei zukünftigen Forschungen.

In einem Review von Lentini/Knox (2015) „Equine-Facilitated Psychotherapy with Children and Adolescents: an Update and Literature Review“ wurden 47 Publikationen untersucht. Die Autoren kamen zu dem Schluss, dass pferdegestützte Therapie eine hilfreiche Behandlungsoption für Kinder und Jugendliche darstellt. Verbesserungen wurden für eine Vielzahl an Symptomen und Störungen gefunden, besonders häufig untersuchte Populationen waren Risikojugendliche und Kinder und Jugendliche mit Autismus-Spektrum-Störungen.

1.3 Wirkfaktoren

Levinson (1962) hat als erster die Effekte im Zusammenhang mit dem Einsatz eines Hundes im ambulanten kinder- und jugendpsychiatrischen Rahmen beschrieben. Anke Prothmann et al. (2006) haben vor allem Untersuchungen zu einer speziellen Form der Tiergestützten Psychotherapie durchgeführt, der nondirektiven Spieltherapie. Es liegen aber schlüssige Modelle vor, die Wirkfaktoren benennen und damit die Wirkung des Tieres im therapeutischen Kontext erklärbar machen. Frau Pottmann-Knapp (2013, 247) unter-

scheidet in ihrem Buch „Tiergestützte (Psycho)Therapie“ zwischen Wirkfaktoren I. und II. Ordnung:

„Der Wirkfaktor Beziehung/Allianz [...] spielt in der MTB (Anm. der Autorinnen: Mensch-Tier-Beziehung) eine Schlüsselfunktion und kann als Wirkfaktor 1. Ordnung angenommen werden.“

Als Wirkfaktoren II. Ordnung benennt Pottmann-Knapp (2013, 237 ff.):

„Glaubwürdigkeit, Authentizität, Echtheit, Eindeutigkeit, Akzeptanz, Empathie, empathisches Einfühlen, Wertschätzung, Vertrauen.

Tiere wirken durch spezifisches Agieren: Sie bringen sich unverfälscht ein, sie schenken ungeteilte Aufmerksamkeit, sie handeln im Hier und Jetzt, sie schwingen empathisch mit, sie wertschätzen den Menschen unvoreingenommen ohne zu werten.

Tiere wirken im psychodynamischen Sinne indirekt auf den Menschen, in dem dieser sich durch den Kontakt zum Tier verstanden/angenommen fühlt, sich respektiert fühlt.

Weitere indirekte psychodynamische Wirkfaktoren von Tieren auf den Menschen sind: die Reduzierung des Isolationsgefühls/Einsamkeit; Beruhigung und Entspannung; Beziehung und die Qualität der Beziehung; Affektive Bindung/Affektkontrolle/Affektregulation; Anerkennung von Grundprinzipien und Grenzen; Aufdeckung des inneren Bezugssystems; Neubewertung der Selbsteinschätzung sowie Feedback richtig geben; Verhaltensregulation; Kognitive Beherrschung; Erfolgserlebnisse und eine positive Erwartungshaltung; Engagement/Motivation/Flexibilität; Ressourcenaktivierung; Lernprozesse/Übung/Struktursetzung; Rapport; Nachahmen/Modellieren.“

Tiergestützte Therapie hat physische bzw. physiologische Wirkungen. Diese sind noch am besten untersucht, da sie leicht messbar sind. Gefundene Effekte betreffen (Prothmann 2012, 27)

- die Herzkreislauffunktionen: Senkung des Blutdruckes und der Herzfrequenz, Kreislaufstabilisierung.
- den Bewegungsapparat: Muskelentspannung, Abnahme von Spastik, Besserung des Gleichgewichtes.
- das Nervensystem: Neuroendokrine Wirkungen, Ausschüttung von Endorphinen, Änderung der Schmerz Wahrnehmung.
- das Gesundheitsverhalten: Motorische Aktivierung, Bewegung an frischer Luft, Training der Muskulatur, Aktivierung der Verdauung, Anre-

gung zu besserer Ernährung, besserer Körperpflege, Reduzierung von Übergewicht, Förderung einer regelmäßigen Tagesstruktur, Verminderung von Alkohol und Nikotingenuss.

- die lebenspraktische Hilfe: Ersatz gestörter Sinnesfunktionen, Führung und Leitung beeinträchtigter Personen (Blinde, Gehörlose, Rollstuhlfahrer).

Die psychischen und psychologischen Wirkfaktoren für Tiergestützte Therapie sind im Prinzip für alle domestizierten Tierarten gültig. Im Folgenden werden sie jedoch für Hund und Pferd getrennt dargestellt und vor dem evolutionären Hintergrund des Hundes und des Pferdes betrachtet.

1.3.1 Besonderheiten Hund

Der Hund ist als sozial lebendes Rudeltier besonders geeignet, in einem therapeutischen Setting zu unterstützen. Hunde haben eine lange gemeinsame Geschichte mit dem Menschen, eine gemeinsame Evolution und Entwicklung von Hund und Mensch in einer nahezu identischen Umwelt.

Der bekannte Hundeforscher Adam Miklosi bezeichnet verschiedene Fähigkeitsbereiche, welche die Basis für Ähnlichkeiten zwischen Hunden und Menschen bilden (Miklosi 2011):

- Das Bedürfnis nach sozialer Interaktion und die Fähigkeit, individuelle Bindungen einzugehen.
- Die Fähigkeit, sich auf das Gegenüber einzustellen und sich ihm anzupassen, d. h. die Fähigkeit, sich im Verhalten und gefühlsmäßig auf den anderen einzustimmen (Synchronisation), soziales Lernen zu vollziehen, die Fähigkeit Regeln zu befolgen.

Biophilie: Der Begriff Biophilie bedeutet wörtlich übersetzt „Liebe zum Leben“. Wilson (1984) beschreibt, dass sich die Menschen im Laufe der Evolution stets gemeinsam mit anderen Lebewesen entwickelt haben, dadurch habe sich eine biologisch begründete Affinität zur Natur und zum Leben entwickelt. Er postuliert, dass Menschen das Bedürfnis haben, mit anderen Lebewesen in Verbindung zu sein.

Du-Evidenz: Der Begriff der Du-Evidenz wurde von Bühler (1922) entwickelt und bezog sich damals auf zwischenmenschliche Interaktion und die Fähigkeit eine andere Person als Individuum wahrzunehmen und zu respektieren.

Geiger (1931) und Lorenz (1965) übertrugen das Konzept auf die Mensch-Tier-Beziehung. Maßgeblich sind nach deren Aussagen die persönlichen Erlebnisse mit dem Tier, die subjektive Einstellung zu ihm und die authentischen Gefühle ihm gegenüber. Dies alles wirkt hauptsächlich auf der emotionalen Ebene und scheint die Grundlage für die Ausbildung von Empathie und Mitgefühl anderen Lebewesen gegenüber darzustellen. Dies kommt vor allem zum Tragen, wenn Ähnlichkeiten bei spezifischen Bedürfnissen (z.B. Nähe, Berührung, Bewegung, Kommunikation und Interaktion) bestehen. Dies erklärt, wieso Menschen vor allem mit Hunden und Pferden, die in Sozialverbänden leben und ähnliche emotionale und soziale Grundbedürfnisse besitzen, eine solche Du-Beziehung eingehen.

Wirkung der Spiegelneurone: Die Entdeckung der Spiegelneurone liegt noch nicht lange zurück und geschah eher zufällig im Jahr 1996, als italienische Forscher Neuronen in der Großhirnrinde entdeckten, die aktiv wurden, wenn eine bestimmte Bewegung ausgeführt wurde – aber auch, wenn diese Bewegung bei einem anderen anatomisch ähnlichen Lebewesen beobachtet wurde. Beim Menschen wird ein umfangreiches Spiegelneuronensystem vermutet (Gaschler 2006). Es handelt sich um ein emotionales Resonanzphänomen, das unwillkürlich abläuft und die Grundlage für Empathie bildet. Nach Beetz (2006) gibt es Hinweise darauf, dass eine wechselseitige Spiegelung bei Mensch und Tier erfolgt, beispielsweise die „Joint Attention“, die gemeinsame Aufmerksamkeits- und Blickorientierung mit dem eigenen Hund.

Tiere als Angst- und Spannungsminderer: Grundlage für die Annahme, dass Tiere als Angst- und Spannungsminderer dienen, sind zum einen die Biophilie-Hypothese (wenn Menschen entspannte Tiere beobachten sind sie selbst auch entspannter) sowie hormonelle Untersuchungen, die belegen, dass das Streicheln eines Hundes über eine Oxytocin-Ausschüttung einer Stressreaktion entgegen wirkt, den Cortisolspiegel senkt und somit Entspannung unterstützt. Oxytocin wird als Schlüsselfaktor der positiven Interaktion von Mensch und Tier angesehen. Es entsteht mehr Vertrauen und soziale Interaktion, weniger Aggression und Depression, bessere Stimmung sowie eine Reduktion von Stress und Angst. In der Umgebung von Tieren stabilisiert sich der menschliche Kreislauf, über Lachen und Spielen werden körpereigene Opiate ausgeschüttet.

Bindung: Neben der Biophilie-Hypothese und dem Konzept der Du-Evidenz führt das Konzept der Bindung einen Schritt weiter. Bindung benötigt eine