



Zusammen mit Haustieren ist das Familienglück richtig perfekt.

# Besser leben mit Tieren

**Psychologie** | Glücklich, gesund, ausgeglichen – das sind die Menschen im Umgang mit Tieren. Beide profitieren davon. Auch bei seelischen und körperlichen Leiden können Tiere helfen.

► **Ein Dackel als Therapeut** – das klingt witzig, hat aber einen ernsten und ganz realen Hintergrund: Die elfjährige Andrea hatte den größten Teil ihres Lebens in Kinderheimen zugebracht, weil sie aggressiv und ständig verhaltensauffällig war. Mehrmals war sie in psychiatrischer Behandlung, ohne Erfolg. Diagnose: Borderline-Persönlichkeitsstörung, bei der sich Ängste vor Nähe und Ängste vor dem Alleinsein ständig abwechseln können. Bis sie eines Tages in ein Haus kam, wo Kinder und Tiere zusammenlebten. Dort traf sie den Dackel einer 76-jährigen Dame, die ihren Liebling nicht mit ins Altenheim nehmen durfte. Der kleine Racker war total verwöhnt, trauerte seinem Frauchen hinterher und winselte. Bis Andrea ihn entdeckte und sich sofort liebevoll um ihn kümmerte. Sie tröstete ihn, sorgte mithilfe der Erzieherin fürs Futter und führte ihn Gassi. Allmählich ging sie auch mit den anderen Kindern im Heim freundlich um. Als einige Zeit später ihr Psychiater vorbeikam, war er nur noch erstaunt: „Sie ist völlig gesund“, konnte er feststellen.

„Hier ist eine Jalousie der Emotionen hochgezogen worden“, freut sich Erhard Olbrich, Professor für Psychologie in Freiburg. Er befasst sich schon seit Mitte der 1990er-Jahre speziell mit den wohltuenden seelischen und körperlichen Beziehungen zwischen Mensch und Tier. Vor allem Psychologen, Tierärzte und Sozialarbeiter haben seine



Ältere Menschen hält ein Tier in ihrer Nähe länger fit – beide sorgen füreinander.

Kurse in tiergestalteter Therapie und Pädagogik besucht, um sein Wissen und seine Erfahrung in ihrem Berufsalltag umzusetzen.

„Oft genügt schon die Anwesenheit etwa eines Hundes oder einer Katze in der Nähe des Menschen“, weiß Olbrich. „Das wirkt wie ein Katalysator fürs Wohlbefinden.“ Von ihnen gehen positive sozio-emotionale Effekte aus. Sie haben einen sehr feinsinnigen Instinkt dafür, wie es dem Menschen geht, der ihnen das Futter gibt – ob er sich freut, gestresst oder traurig ist. Sie versuchen, mit ihrer nonverbalen Kommunikation zu helfen und schaffen das meistens auch.

„Bereits das Aufwachsen mit Tieren ist gut“, weiß Olbrich. „Kinder lernen so schon früh, mit diesen hilflosen Wesen verantwortlich umzugehen. Damit verbunden ist der Effekt, der auch den späteren Erwachsenen noch nützt: „Wer mit Tieren groß geworden ist, kann auch die Emotionen von Menschen besser verstehen und wird sozial bevorzugt“, weiß der Wissenschaftler.

## Medizinische Beweise

Die Heilwirkung von Tieren ist auch medizinisch belegt. Erhard Olbrich weist in seinen Vorträgen auf zum Teil umfangreiche medizinische Studien hin, die das eindrucksvoll belegen: Etwa die repräsentative Untersuchung bei 10000 Personen daraufhin, wie oft sie mit Beschwerden ihren Arzt konsultierten. Das gute Drittel der Testpersonen, die mit einem Haustier zusammenleben, hatte sieben Prozent weniger Arztbesuche im Jahr.

Fotos: iStockphoto (3)

Die zweite Studie zum längeren Überleben nach einer Herzattacke in den USA fiel noch deutlicher aus. Von den 92 beobachteten Patienten hatten 53 ein Haustier gehabt. Ein Jahr nach der Herzattacke waren 14 Patienten verstorben. Darunter nur drei aus der Testgruppe der Tierhalter, die restlichen elf aus der kleineren Gruppe ohne Haustiere. Die Überlebenschance nach einem Jahr betrug also 95 Prozent bei den Tierhaltern und nur 72 Prozent bei den anderen Patienten, die ohne Tier wohnten.

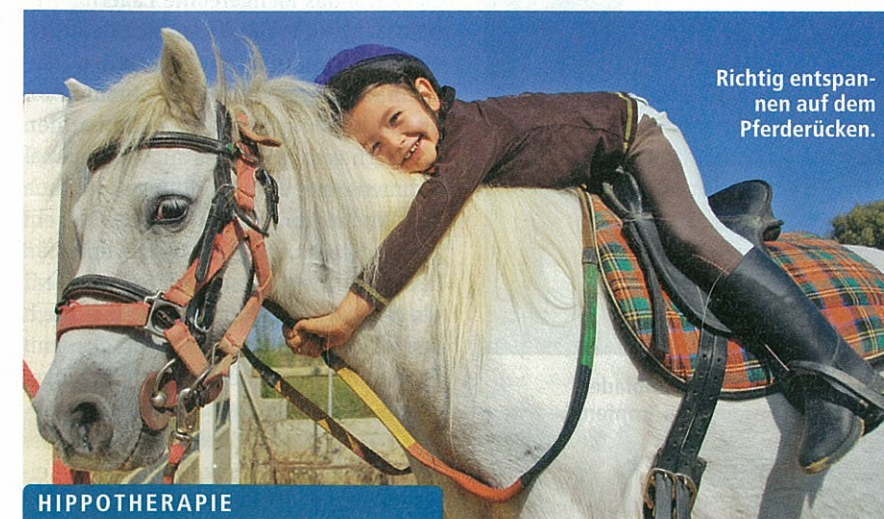
Auch das dritte Beispiel bestätigt, wie sehr Tiere Menschen helfen. In einer weiteren US-Studie wurden 4957 Testpersonen in eine Klinik eingeladen. 784 von ihnen lebten mit einem Haustier zusammen. Das Ergebnis: Die Tierhalter hatten keinen Bluthochdruck, bessere

## „Tiere im Haushalt wirken wie ein Katalysator fürs Wohlbefinden des Menschen.“

Erhard Olbrich ist von der Hilfe der Tiere überzeugt.



Blutwerte. Selbst die Männer unter den Probanden mit Tieren, die sich regelmäßig mit fettem Fast Food ernährten, hatten niedrigere Cholesterolverwerte als die Getesteten ohne Hund. „Sicher hat hier auch die täglich mehrmalige Bewegung eine positive Rolle gespielt“, räumt Erhard Olbrich augenzwinkernd ein.



Richtig entspannen auf dem Pferderücken.

## HIPPOTHERAPIE

## Reitend wieder gesund werden

Sowohl körperlich als auch seelisch kranken oder behinderten Kindern kann die Behandlung auf dem Pferd helfen. Noch bezahlen das gesetzliche Kassen aber nicht.

**Physiotherapie.** Die Krankengymnastik auf dem Pferd kann kranken und behinderten Kindern helfen. Dabei wird ein für die Hippotherapie ausgebildetes Pferd als Medium eingesetzt. Der Patient sitzt oder liegt meistens in der Gangart „Schritt“ auf dem Rücken des Pferdes. Wichtig ist dabei vor allem, dass sich der Körper des Menschen an die Bewegungen des Pferdes unwillkürlich anpasst. Die Muskelspannung wird positiv beeinflusst. Die Haltung des Körpers verbessert sich.

**Psychotherapie.** Der Umgang mit dem Pferd, das Reiten und auch das Fahren mit der Kutsche werden vor allem bei Verhaltensstörun-

gen eingesetzt. Bei autistischen Kindern etwa kann der Kontakt zu Menschen über dieses Tier wieder hergestellt werden. Kinder fangen an zu sprechen, werden zugänglich. Auch bei Essstörungen zum Beispiel wird die Hippotherapie erfolgreich eingesetzt.

**Kosten.** Die Kosten für die Hippotherapie müssen die Eltern privat bezahlen. Das Bundessozialgericht hat die Kostenübernahme durch gesetzliche Krankenkassen 2002 in einem Urteil abgelehnt. Das Bundesgesundheitsministerium lehnte dies 2006 ebenfalls ab, weil der therapeutische Nutzen der Hippotherapie nicht nachgewiesen sei.

Wie sehr auch schon ein kurzer Kontakt mit Tieren Menschen helfen kann, zeigt das Beispiel des Vereins „Die Streichelbande“ in München. Die Mitglieder besuchen mit ihren Hunden Senioren in Altenheimen und zu Hause, Kinder in Kindergärten, Schulen und in Heimen.

„Der Sinn liegt darin, mit den zuvor auf ihr umgängliches Wesen getesteten, sehr braven Hunden, diesen Menschen Freude und Wärme zu bringen“, berichtet Christiane Vidacovich, erste Vorsitzende des Vereins. „Das Streicheln unserer Tiere bringt gerade den Senioren Abwechslung in ihren Alltag und Erinnerungen an die Vergangenheit.“ Manche dementen Menschen werden durch die Besuche der Hunde geistig angeregt und kommen dadurch wieder in Kontakt mit der Welt.

## Besuch bei Behinderten

Neben den Senioren besuchen die Mitglieder und ihre Hunde auch behinderte Kinder und Erwachsene. Die Arbeit mit diesen Menschen und den Tieren wirkt positiv auf deren körperliche Beweglichkeit und geistige Präsenz. Außerdem veranstaltet der Verein Streichelbande gerade mit den behinderten Menschen Ausflüge in die nahe Umgebung und den Tierpark. Hier können diese die Hunde auch im Rollstuhl an der Leine führen. Die Besuche in Kindergärten, Horten und Schulen haben auch hier den Sinn, schon den Kindern den Umgang mit Tieren nahe zu bringen. Sie bekommen, nach dem Kennenlernen, beigebracht, wie sich die Tiere Menschen gegenüber äußern, dürfen die Hunde an der Leine führen und mit ihnen spielen.

Mit welcher Tierart Menschen leben, ist eher zweitrangig. Ob Hund, Katze, Kaninchen, Meerschweinchen – wichtig ist der möglichst alltägliche Umgang in unmittelbarer Umgebung. Von der wechselseitigen Fürsorge profitieren beide. ■

harald.klein@handwerk-magazin.de

Weitere Hinweise aus dem Vortrag von Professor Erhard Olbrich und zur Hippotherapie finden Sie auf dieser Seite: [www.handwerk-magazin.de/tiere](http://www.handwerk-magazin.de/tiere)