

Auf den Hund gekommen

## Tiere sind gute Therapeuten – sie nehmen Menschen an, wie sie sind

Dem Gesang des Kanarienvogels lauschen, der Katze beim Spielen zusehen oder mit dem Hund spazieren gehen – all das hilft Menschen, ihre Alltagsorgen zu vergessen und zu entspannen. Neueste Forschungen bestätigen, dass der bewusste Kontakt mit Tieren dem Menschen gut tut und sogar zu Heilzwecken verwendet werden kann. Tiere können das vegetative Nervensystem stärken und das Wohlbefinden steigern. Eine Studie zeigt: Im Vergleich ist der Blutdruck von Haustierhaltern niedriger als bei anderen Menschen. Nachstehend ein Artikel über Julia Falk, die mit ihrer Hündin Josie ein oberfränkisches Alten- und Pflegeheim besucht und dadurch alte Menschen aus ihrer Isolation holt. Julia Falk arbeitet ehrenamtlich für den Verein Tiere helfen Menschen, der den Hundebesuchsdienst in Heimen und Krankenhäusern fördert.

Gertraud Eichhorn ist extra früh aufgestanden. Seitdem läuft sie durchs Haus. Treppe rauf, Treppe runter. Spricht zu sich selbst. „Wann kommt der Hund? Wann kommt Josie?“ Um drei, verrät die Ankündigung in der Eingangshalle von Schloss Jägersburg. „Heute, 15 Uhr: Besuch des Vereins ‚Tiere helfen Menschen‘“, steht da geschrieben. Frau: Julia Falk. Hund: Josie.“

Als der grüne VW Käfer dann endlich vor dem oberfränkischen Alten- und Pflegeheim vorfährt, leuchten die Augen von Gertraud Eichhorn auf. Julia hat keine Chance, ihren Schäferhund-Windhund-Mischling bei Fuß ins Gebäude zu führen. Kaum ist sie aus dem Auto gestiegen,

reißt ihr die Seniorin bereits die Leine aus der Hand. Eine überschwängliche Begrüßung mit Schwanzwedeln und einem leisen „Wuff“. Drinnen warten bereits eine Reihe weiterer Bewohner. Einige kommen auf Josie zugelaufen, andere beobachten das Tier aus der Entfernung. Versonnene Mienen und glückliche Gesichter, wohin man auch schaut. Augen, im Tunnelblick auf Josie gerichtet.

Julia nimmt ihre Rolle als Nebendarstellerin gelassen. Die 20-Jährige, die eine Ausbildung als Hotelfachfrau absolviert, kommt seit Oktober 2001 einmal die Woche – und hat sich daran gewöhnt, dass hinter vorgehaltener Hand immer noch ge-

fragt wird, wer denn „die Frau da“ ist.

„Mich macht es glücklich, wenn ich sehe, dass mein Hund Menschen glücklich macht“, sagt sie. Die wöchentlichen Besuche kosten zwar eine Menge Kraft, doch Julia sieht ihr ehrenamtliches Engagement als eine Art soziale Selbstverständlichkeit an: „Wenn ich selber mal alt bin, freue ich mich schließlich auch, wenn mich ein Tier besuchen kommt und mir Kraft spendet.“

„Die Tage, an denen der Hund kommt, sind bei uns ganz besondere Tage“, sagt Ergotherapeutin Sabine Göttling, die mit Josie und Julia von Station zu Station geht: zu den großteils dementen und altersbedingt

psychisch kranken Heimbewohnern.

Los geht's mit dem Aufzug. Im Aufenthaltsraum der Station drei läuft das Fernsehgerät. Ein rundes Dutzend Frauen sitzt im Kreis und wartet. Das lernt man hier im Haus: Warten aufs Essen, auf den Mittagschlaf, auf Beschäftigungstherapien. Doch beschäftigt werden und erleben sind und erleben sind zwei paar Stiefel. Begegnungen mit Josie sind das geballte Erleben. Kaum ist das Tapfen der Hundepfoten im Flur zu hören, werden die müden Gesichter schlagartig wach. Die Hündin macht Männchen, springt auf Rollstuhltische, gibt Pfötchen und leckt Hände. Manchen Bewohnern kommt sie ganz nahe, bei anderen dagegen bleibt sie auf Abstand. Hundeführerin Julia Falk ist überzeugt davon, dass Josie ein großes Gespür für



Foto: Gaby Gerster

**Nähe spüren – Hündin Josie mit der sehbehinderten Anna Richter.**

menschliche Stimmungen und Verfassungen hat: „Sie geht immer nur so weit, wie die Leute es wollen. Andersrum lässt sie Menschen oft weiter gehen, als ihr eigentlich recht ist.“ Gertraud Eichhorn, die den ganzen Morgen gewartet hat, wuschelt

**Fortsetzung auf Seite 14**

Fortsetzung

# Tiere sind gute Therapeuten ...

durch Josies Fell, zieht an den Ohren der Hündin, redet auf sie ein. Josie bleibt geduldig sitzen. „Früher haben wir nie so richtig verstanden, weshalb Frau Eichhorn so extrem auf den Hund reagiert“, sagt Julia über die 65-Jährige, die von Kindheit an taub ist. „Bis wir ihren schwer zu verstehenden Worten entnommen haben, dass sie selbst mal einen Hund hatte.“

Viele Heimbewohner hätten sich in eine eigene Welt zurückgezogen, erklärt Ergotherapeutin Sabine Göttling. Manche bekämen nur wenig von außen mit. „Der Hund fordert die Menschen auf, aus der Isolation herauszukommen. Da werden emotionale Schutzmauern und Blockaden aufgebrochen, und das kann sehr heilsam sein.“

Tierbegegnungen als Seelenmassage für alte, kranke oder behinderte Menschen – neben dem Projekt „Tiere im Schulzimmer“ fördert der Verein Tiere helfen Menschen e.V. ([www.thmev.de](http://www.thmev.de), Telefon: 09 31 / 4 04 21 20) den Hundebesuchsdienst in Heimen ebenso wie auch in Krankenhäusern. Den positiven Effekt von Tieren auf das psychische und physische Wohlbefinden von Menschen haben Studien nachgewiesen. Ein besonderer Pluspunkt der Tiertherapie: Tiere haben keinerlei Vorbehalte gegen Rollstühle, zitternde Hände oder Gedächtnisschwäche. Wer eine Beziehung zu ihnen auf-

baut, fühlt sich als ganze Person angenommen.

Josie gibt auf allen Stationen Küsschen, springt bei bettlägerigen Senioren mit den Vorderpfoten auf die Bettkante, lässt sich kraulen oder einfach nur anschauen. Eine alte Dame sitzt in sich zusammengesunken im Rollstuhl und hält sich mit beiden Händen die Stirn. Anna Richter ist 95 – und sehbehindert. Als sie die kalte Hundeschnauze an den Fingern spürt, richtet sie sich auf, fängt an, aus vollem Hals zu lachen. Redet plötzlich ohne Punkt und Komma, streckt alle paar Sekunden die Hand aus, um zu spüren, ob der Hund noch da ist. „Noch Stunden nachdem Josie da war, wirken die Heimbewohner entspannt und ausgeglichen, at-

men tiefer als sonst und schlafen besser“, hat Sabine Göttling beobachtet. Josie dagegen schielt während der letzten halben Stunde auffallend oft in Richtung Treppenhaus. Für sie geht's dann auch zur Belohnung von der Jägersburg direkt in den Wald. Beim Toben und Stöckchenwerfen tanken Frauchen und Hund neue Energie.

Nächsten Dienstag um drei geht's weiter. Das hat Julia Frau Eichhorn, Frau Richter und all den anderen zum Abschied versprochen. Natürlich waren dabei alle Augen auf Josie gerichtet. Was ist schon das Versprechen eines Menschen gegen den treuen Blick eines Hundes?

*Von Elisabeth Hussendörfer  
(aus Reader's Digest 1/2003)*

## Sicher in die Vollen

# Kein Übermut beim Kegeln oder Bowling

**Wer beim Bowling oder als Kegler die Kugel besonders kraft- und schwungvoll anschieben will, sollte sich vor einem Riss seiner Bizepssehne in Acht nehmen.**

Immer wieder kommt es vor, dass gerade Freizeitsportler sich überschätzen und dadurch verunglücken. „Eigentlich ist Bowling oder Kegeln für Gesunde nicht be-

echter Volks- und Freizeitsport, den jeder bis ins hohe Alter machen kann. Auch Senioren können auf der Kegelbahn gut mitmischen. Wer nicht ganz gesund und deshalb un-