



Wirkmodelle und Wirkweisen von Tieren für Menschen

unter besonderer Berücksichtigung der Soziogenese
von Tier zu Mensch

Erhard Olbrich
Fachtag „Tiergestützt unterwegs“
Caritas Bildungszentrum Stuttgart
19. 11. 2015

Wir wissen seit langem: Tiere helfen heilen

- 9. Jahrhundert, Gheel, Belgien: „therapie naturelle“ - Tiere in Familien, die Behinderten helfen
- Hildegard von Bingen (um 1100): „viriditas“ - „Grünkraft“ - trägt zur Heilung von Seele und Körper bei
- 1699 John Locke: Tiere helfen Kindern ihre „tender feelings“ und ihren „sense of responsibility“ zu entwickeln.
- 1792 York Retreat, England: Quäker geben emotional gestörten Menschen Tiere zum Versorgen - wollen menschliche Form der „Selbstkontrolle“ wecken
- 1867 Bethel: Tiere in der „Institution ohne Mauern“ (heute: Eigene Hunde in der Therapie von drogenabhängigen „Menschen von der Strasse“)
- 1942 Army Air Corps Convalescent Hospital: Therapeutische Tierhaltung von Soldaten mit „war neurosis“ und „battle shock“ (Corporal William Wynne - sein Yorkshire Terrier Smoky - und Dr. Charles Mayo) heute: Traumatherapie in der Wedemark

Noch ein bisschen „Geschichte“

- Seit ca. 1970, USA: Systematischere Untersuchungen von „Tiertherapie“ im Hospitalbereich (Boris Levinson und Jingles)
 - Seitdem Verbreitung des Ansatzes durch Freiwilligenorganisationen in mehreren tausend Krankenhäusern der USA; in Deutschland etwa durch „Tiere helfen Menschen“ in Heimen, Schulen, etc.
- Steigende Anzahl von Initiativen und Einrichtungen mit Tieren als „Ko-Therapeuten“; Kongresse; Berufsverband, Gründung von ISAAT und ESAAT in Sachen Qualitätsstandards und Ausbildung.

Ein paar Stationen

Levinson und sein Hund Jingles gaben die „Initialzündung“:
(1962) The dog as co-therapist. *Mental Hygiene*, 46, 59-65.


Hunde als „soziale Katalysatoren“

Ethel Wolf (1970): Survey of use of Animals in Psychotherapy: 48 %
aller Therapeuten setzen Tiere „irgendwie“ ein

Organisatorisch: Anschub durch die Delta Society (1989) heute: Pet
Partners

Anke Prothmann in D (2008): 40 % aller Kinder- und
Jugendpsychiatrien in D setzen Tiere adjuvant ein:
81,4 % Physiotherapie, 28,8 % Psychotherapie, 11,9 %
Ergotherapie


- 28,4 % der Kliniker: hoch wirksam
- 70,1 %: mittelgradig wirksam.



Heute diskutieren wir (1) neurobiologische Begründungen

Wir sind evolutionär vorbereitet für Biophilie:

- Wir gleichen neurologisch auf tieferen Schichten unseres Nervensystems den Säugetieren
- Wir wissen aus neurobiologischen Forschungen um Spiegelneuronen und hormonellen Prozessen
- Wir gleichen Säugetieren auch hormonell (Oxytocin; Cortisol)



Wir kennen (2) analoge Kommunikation und (3) sozial-psycho-somatische Prozesse

- Wir kennen neben analoger Kommunikation vor allem Formen der Empathie von Menschen und Tieren
- Wir wissen um das Erfahrungssystem und seine psychischen Inhalte

Und wir haben Bücher

Wenn auch nicht leicht zu lesen, haben wir doch beachtenswerte Elemente einer neurobiologischen Theorie!

Julius, H., Beetz, A., Kotrschal, K., Turner, D. und Uvnäs-Moberg, K. (2013). *Attachment to pets*. (2014 deutsch: *Bindung an Tiere*)

Göttingen: Hogrefe

Fine, A.H. (4. Aufl. 2015) *Handbook on Animal-Assisted Therapy*.
London: Academic Press.



Unser Ausgangspunkt: Biophilie

In der Evolution hat sich eine Affinität zu anderem Leben entwickelt: Menschen und Tiere wurden in einer bio-kulturellen Evolution für Verbundenheit zwischen Lebewesen vorbereitet: Kooperation und hilfreiches Verhalten haben die Entwicklung von Leben gefördert. Wir verstehen Erleben und Verhalten anderer Spezies.

- Entstanden in einem Spiralprozess der Vererbung von überlebensfördernden Verhaltensmustern zusammen mit Verstärkungen und situationsangepassten Differenzierungen.
- Unser Nervensystem hat sich in einer biozentrischen Welt entwickelt (nicht in einer Welt der Wirtschaft, der Autos, der Computer, etc.)
- die alten „Programme“ der Interaktion sind in den paar tausend Jahren der Kultur keineswegs gelöscht. Wir sind nach wie vor verbunden!



Biophilie - Quelle für Verbundenheit

Fromm, E. (1973). *The anatomy of human destructiveness*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Fromm definiert Biophilie als "eine leidenschaftliche Liebe zum Leben und zu allem Lebendigen ... den Wunsch nach weiterem Wachsen, sei es einer Person, einer Pflanze, einer Idee oder einer sozialen Gruppe" (S. 366).



Umfassender: Biophilie als Affinität zu allem Lebendigen

Wilson, E.O. (1984) *Biophilia: The human bond with other species*.
Cambridge: Harvard Univ. Press.

Die Affinität von Menschen aber auch
von Tieren zu all den Formen des
Lebens und zu den Habitaten und Öko-
systemen, die (Zusammen-)Leben
ermöglichen.

Umfasst auch **Symbiose** (Insekten - Blüten),
spezifische **Explorationen** (Maus und Katze),
gegenseitige **Nutzung** (Ameisen - Blattläuse),
Kommensalismus, etc. etc. - Liebe nicht
ausgeschlossen



Ein paar Formen der Biophilie

utilitaristisch: Tiere nützen uns: Nahrung, Sicherheit, besondere Fähigkeiten, und immer noch: Arbeit (Regenwürmer! S. Jones in *Darwins Garten*.)

ästhetisch: Harmonie und Schönheit von Lebewesen sprechen uns mehr an als „Produkte“ (frei gallopiierende Araber; der unverbaubare Blick)


moralistisch: Erleben von Gemeinsamkeit, Verantwortlichkeit, Ehrfurcht vor Leben

Formen der Biophilie (2)

humanistisch: Tendenz zu Fürsorge, Bindung,
Bereitschaft zu teilen

negativistisch: Aufmerksamkeit für
Schlangen, Schleimiges, Spinnen etc.

- niedrige Wahrnehmungsschwellen
 - feste Reaktionsformen
- eindeutige Erlebensqualität



Eine erste Erklärung: Wir „können“ analoge Kommunikation

Die uralte Sprache, die unsere Mutter schon mit uns gesprochen hat, bevor wir mit Worten sprechen konnten

Frühe Sprache der Gestik, des Gesichtsausdrucks, der Stimmodulation, Sprache der Augen, der Berührungen

Die Sprache der Liebe, der Trauer, des Kampfes, der Wut,

Sie folgt nicht Regeln von Syntax, Logik oder Grammatik, sondern drückt Empfinden „ehrlich“, für einen Anderen verstehbar aus

Die Sprache der Beziehung - auch mit Tieren verfügbar:
Monty Roberts - Jane Goodall - Feddersen-Petersen - Sie und ich!



Das wichtigste „Vehikel“ der Biophilie: Empathie

Zentraler Prozess bei Interaktionen zwischen Spezies

Ein Mitschwingen, eine Entsprechung zwischen den bei
einem Anderen wahrgenommenen und bei sich selbst
verspürten Empfindungen.

Frans B.M. de Waal (2008). Putting the altruism back into altruism: The
evolution of empathy. *Annual Review of Psychology* 59, 279-300.

Miterleben auf mehreren Schichten des Nervensystems

Abzuheben von **Sympathie** - natürlicher Sympathie.

Formen der Empathie

➤ Emotionale und motorische Ansteckung

ohne Lernen, automatisch, z.B. Vogelschwarm, Gähnen; Kichern;
Pferd - Pferd - Reiter - Reiter;

➤ Mitschwingende Betroffenheit

Erfahrung, Lernen, Verarbeitung beteiligt

Masserman et al. (1964): Schmerz des anderen Affen verhindern -
Selbstschutz zur Vermeidung negativer Erregung?

➤ Empathische Perspektivenübernahme

Mentale Übernahme von bei einem Anderen „vorgestellten“ Emotionen:
Stellvertretendes Erleben des Elektroschocks

Neurologische Erklärung: Spiegelneuronen

Gallese hatte ins Gehirn eines Affen kleine Elektroden hineinoperiert - an Zellen, die immer dann feuerten, wenn der Affe nach Futter griffen. Dann knatterten die Messinstrumente der Forscher. Einmal geschah etwas Seltsames: „Als ich selber den Arm nach den Nüssen ausstreckte, ging das Knattern ebenfalls los - als hätte der Affe sich bewegt. Aber der sah mir nur ruhig zu. Erst glaubten wir natürlich an einen Fehler. ... Nach einer Weile begriffen wir, dass sich das Gehirn des Affen so verhielt, als versetze er sich in den Kopf des Versuchsleiters hinein. Wenn ein Tier die Bewegung eines anderen beachtet, spiegelten die von uns beobachteten Nervenzellen also das Verhalten des Gegenübers. Darum nannten wir sie Spiegelneuronen“

Klein, S. (2011). *Der Sinn des Lebens*. Frankfurt: Fischer Taschenbuch. S. 84



Neurologische Erklärung: Spiegelneuronen-Systeme

- Neurologische Basis für aufeinander abgestimmtes Zusammenleben?
 - für gemeinsames (synchrones) Verhalten?
 - Imitationslernen?
- Verstehen“ der überlebenswichtigen Aktionen Anderer (Entdecken ihrer Verhaltensziele)?

Bauer, J. (2008) *Warum ich fühle, was Du fühlst*. München: W.Heyne

Rizzolatti, G. und Sinigaglia, C. (2008). *Empathie und Spiegelneurone. Die biologische Basis des Mitgefühls*. Frankfurt: Suhrkamp.

Sicher bei Menschen, (Mukamel et al. (2010). *Single-neuron responses in humans during execution and observation of actions. Current Biology, 1-7*),
bei Affen, Krähen, Elefanten -

Wirkung über Speziesgrenzen



Hormonelle Erklärung der Empathie

Fisher, Helen E. (2000). Lust, attraction, attachment: Biology and evolution of the three primary emotion systems for mating, reproduction, and parenting. *Journal of Sex Education Therapy* 25, 96-104

Hormonsysteme erklären:

Entwicklung und Erhalt enger Beziehungen durch drei verbunden wirkende, allerdings auch allein aktivierbare neuro-humoralen Systeme, verbunden mit drei emotionalen und behavioralen Systemen:

Attachmentsystem motiviert Streben nach Erhalt von Nähe, Erleben von Sicherheit und Behaglichkeit, Gefühl emotionaler Abhängigkeit - **hohe Niveaus von Oxytocin (Frauen) und Vasopressin (Männer)**

Attraktionssystem lenkt Aufmerksamkeit auf Partner, motiviert Streben nach Vereinigung - **hohe Niveaus von Dopamin und Norepinephrin, niedriges Niveau von Serotonin im Gehirn**

Lustsystem motiviert, sexuellen Kontakt zu suchen - **hohe Niveaus von Östrogenen bzw. Androgenen im Gehirn.**

Nur zur Erinnerung:

Endorphin: endogenes Morphin, vom Körper produziertes Opiod, reduziert Schmerzempfinden; Euphorie; regt Hunger, aber auch Produktion Sexualhormone an

Serotonin: Serum, das Tonus der Blutgefäße reguliert: erweiternd in Skelettmuskulatur, verengend in Niere und Lunge; hemmt aggressives Verhalten

Dopamin: lenkt Aufmerksamkeit i.S. freudiger Erwartung, Fantasie, Vergnügen; hemmt Depression

Erklärungen der Empathie

Nochmal das Hormon **Oxytocin**: Bereitet auf prosoziale Interaktionen zwischen höher entwickelten Spezies vor:
Das „endocrinologische Pendant zu Kerzenlicht, leiser Musik und einem Glas Wein“

Sarah B. Hrdy (2002). Mutter Natur. Die weibliche Seite der Evolution.
Berlin.

Ein Neuropeptid, bedeutsam für mütterliches Verhalten, für Bindungsverhalten, für Paarbildung und „belohnendes“ Leben von Partnerschaft, für das soziale Gedächtnis, das Lesen subtilen Ausdruckes (Domes et al. 2007), das Vertrauen auf Personen (Kosfeld et al. 2005)



Oxytocin

Bei sozialen Säugetieren verstärkt es belohnendes Erleben von sozialen Kontakten, erhöht die Motivation zu sozialen Interaktionen.

Wird in Blutkreislauf ausgeschüttet, dockt aber vor allem an Hirnareale an, die Beruhigung und Wohlbefinden auslösen, Angst Stress und Schmerzen reduzieren, Empathie verbessern, soziale Zuwendung, Bindung und Vertrauen stärken.

Reduced aggression

Increased curiosity

**Decreased fear
and calm**

**Increased social
interaction**

**Decreased pulse rate
and bloodpressure**

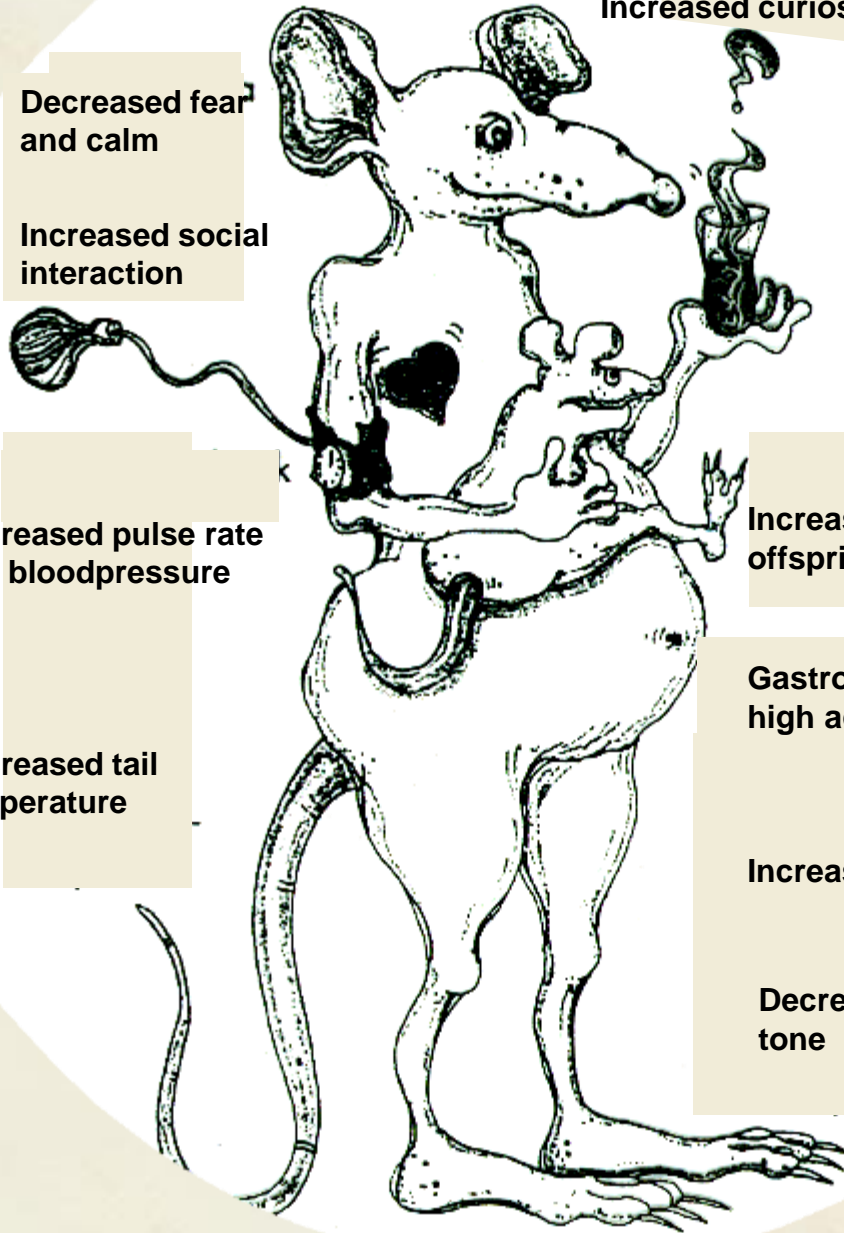
**Decreased tail
temperature**

**Increased binding to
offspring and partner**

**Gastrointestinal tract
high activity**

Increased pain threshold

**Decreased muscle
tone**





Erklärung: Oxytocin wirkt über Speziesgrenzen

„Die Oxytocin-Niveaus eines Hundes steigen an, wenn sein Besitzer ihn steichelt, und seinen Hund zu streicheln, das erhöht auch das Oxytocin des Besitzers“


Temple Grandin (2005). *Animals in Translation*. New York: Scribner, S. 108.

„Oxytocin wird „bei Tieren und ... auch bei Menschen durch Berührung ausgeschüttet“

Kerstin Uvnäs Moberg (2003), *The Oxytocin Factor*. Cambridge, MA, Da Capo, S. 131

Biologische Vorbereitung für biophile Beziehungen?

Auch: Stressreduktion (gemessen über Cortisolausschüttungen): durch Hunde deutlicher als durch Menschen: HEDIGER (2011)



Stressreduktion Cortisol

Das Experiment von Karin Hediger/Andrea Beetz (2011; 2012):
Desorganisiert und unsicher gebundene Jungen
im „Trier Social Stress Test“
mit einem freundlichen Hund
mit einer freundlichen Studentin
mit einem grossen Stoffhund

Signifikant weniger Cortisolausschüttung bei Anwesenheit des
Hundes; Studentin und Stoffhund hatten beide geringere
Effekte

Die Jungen konnten das durch Menschen
„verformte“ Bindungsprogramm nicht nutzen, Affinität zu
Lebewesen blieb erhalten, „nur“ die generalisierte
Bindungsstörung zu Menschen blieb wirksam



Erklärungen aus der Persönlichkeitspsychologie

Unterscheidung zwischen Erfahrungssystem und Verbal- Symbolischem System

Schultheiss, O. (2001) An information processing account of implicit motive arousal. In: M.L. Maehr & P. Pintrich (eds). *Advances in motivation and achievement*. Greenwich, CT: JAI Press, 1-41.

Zwei Systeme für Informationsverarbeitung

Erfahrungssystem

Nimmt die Realität der physischen (und biologischen) Welt auf und verarbeitet sie: direkt, ungebrochen

- Geräusche
- Bilder
- Gerüche
- Berührungen
- Alle Sinnesempfindungen

Ich erfahre: Ein Pferd tritt mir auf den Fuß (Sensorik und Motorik, Kognition und Emotion sind angesprochen)

Verbal-symbolisches System

Nimmt die Realität der verbal-symbolisch vermittelten Welt auf und verarbeitet sie: transformiert in

- Worte
- Symbole

Ich lerne in einem besorgten Vortrag, was ein Pferd auf meinem Fuß anrichtet.

Das Erfahrungssystem

- Erfahrungen: „die Ansicht eines freundlichen, lächelnden Gesichtes; der Anblick einer Schlange; der Klang einer ärgerlichen Stimme; der Geruch einer Person; die Empfindung eines auf der Haut kriechenden Insekts; der Geschmack einer Erdbeere, etc.“
- Erfahrungen sind für all die Bedürfnisse relevant, die zum Überleben notwendig sind: zum Essen, Erkunden, für soziale Bindung, Dominanz-Submission, Fortpflanzung, elterliche Fürsorge, Vermeiden von Gefahren etc.,
- Erfahrungen sind direkter mit Emotionen und Motivationen (Neugierde, Wut, Freude, Zuwendung, Furcht etc.) gekoppelt,
 - Haben eine originär-biologische Bedeutung.



Goleman (2007)

nochmal analoge - digitale Kommunikation

Ständige „digitale Verbundenheit“ lässt die empathische Beziehung zu Lebewesen um uns herum abstumpfen. Wir lassen den Anderen nicht mehr erfahren, dass wir ihn aufmerksam wahrnehmen, ihn als ein Du erkennen - und nehmen uns selbst ein Stück lebendiger Bezogenheit und Entwicklung.

Erinnert an Martin Buber und seine Unterscheidung zwischen Ich-Es-Beziehung und Ich-Du-Begegnung

vgl. auch Du-Evidenz

Zusammenfassung der Erklärungen

Erfahrungsfunktionen verbinden **Motivationen** und **Emotionen** von Menschen mit **Kognitionen** und ihrem **Handeln** in Situationen der Beziehung mit anderen Lebewesen.

Sie lassen - **analog kommuniziert** - ein Erleben der **Empathie** mit anderem Leben zu, das durch **hormonelle** und **neurologische** Prozesse „erklärt“ werden kann.

Das alles ist **evolutionär vorbereitet**. Es kann zur theoretischen Begründung der sozial-psycho-somatischen Effekte von Mensch-Tier-Beziehungen dienen.



Zu „Wirkungen“

Gesundheitseffekte von Tieren



Was ist Gesundheit?

Gesundheit ist mehr als das Freisein von bio-chemischen oder mechanischen Funktionsstörungen des Körpers. Sie wird von der WHO schon 1946 sozial-psycho-somatisch verstanden:

„Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht die bloße Abwesenheit von Krankheit oder Gebrechen.“ (WHO, 22. 7. 1946) - Definition der WHO von 1998 - ein physisches, zugleich aber auch ein mentales, ein soziales und spirituelles Wohlbefinden (Nutbeam, 1998)

Dörner definiert Gesundheit in Anlehnung an Gadamer als „Selbstvergessenes Weggegebenensein“ an Leistung, Kreativität und Verantwortung

Helfen Beziehungen zu Tieren, Gesundheit „herzustellen“?
(Heil werden i. S. einer sozial-psycho-somatischen Medizin?)



Salutogenese

Anders als die Pharmaindustrie und das institutionalisierte Medizinsystem, die professionell chemische und instrumentelle Mittel zur Bekämpfung von pathologischen Prozessen einsetzen, setzen wir auf Salutogenese, die natürliche Prozesse zur Gesunderhaltung und zu Gesundung stärkt und fördert.

Wir begleiten ein Geschehen-Lassen von restitutiven Prozessen im Organismus mit Tieren.

Erinnern: an **neurobiologische Prozesse**, an **analoge Kommunikation**, die „Ursprache der Menschheit“, die über Speziesgrenzen verstanden werden kann, an die gleichen **„social tools“** von Säugetieren, an Du-Evidenz und **Ich-Du Begegnung**, an **Empathie** mit anderen Lebewesen.

Effekte verdeutlicht am Beispiel Gesundheit

Längeres Überleben nach Herzattacken

Studie von FRIEDMANN (1982)

- 92 PatientInnen (Herzinfarkt; Angina pectoris)
 - Nach 1 Jahr: 14 verstorben
- 3 (von 53) hatten Heimtier gehabt, 11 (von 39) keines
 - „Überlebensrate“ TH: 95 %; VG: 72 %
- Keine andere Variable erklärte gleichviel Varianz!

Mit 369 Patienten nach Herzinfarkt und lebensbedrohlichen Ventrikel-
arhythmien 1995 wiederholt:

Hundebesitzer überlebten länger ($p = 0,02$), während Katzenbesitzer
früher verstarben ($p = 0.03$) - (sie hatten weniger soziale
Unterstützung, waren überwiegend weiblich)

Erklärung durch Endorphine („endogene
Morphine“) und Entspannung

Gesundheit „durch“ Tiere

Die Studie von ANDERSON et al. (1992):
4957 Freiwillige ohne Tier, 784 mit Tier (sozio-demographisch
vergleichbar) in die Klinik „gelockt“

- Tierbesitzer: niedrigerer systolischer (nicht diastolischer) Blutdruck
 - Tierbesitzer: niedrigere Plasma-Triglyzeridwerte
- Männer mit Tier: bessere Cholesterolverte (obwohl sie mehr rauchten, mehr Fleisch aßen und mehr „take away food“ konsumierten - wohl bewegten sie sich mehr)
 - Keine Unterschiede beim body mass index
- Erklärung durch parasymphatische Prozesse

Gesundheit „durch“ Tiere:

Die Studie von RAINA et al. (1998; 1999)
1000 betagte KanadierInnen über sozial-emotionale
Kontakte (auch: zu Tieren) befragt
Ergebnisse mit Datensatz einer Krankenversicherung
verbunden

- Tierhalter (TH): 30 Kontakte mit Gesundheitssystem (VG: 37 Kontakte)
 - TH: 53.000 \$ Kassenleistungen (VG: 69.400 \$)
 - TH: 8 Tage Krankenhaus (VG: 13 Tage)

„Zu Hause wartet einer auf mich“! und
mehr!

Repräsentative und längsschnittliche Daten in Deutschland

B. Headey und M.M. Grabka: The relationship between pet ownership and health outcomes.
www.diw.de

Über 10.000 Personen 1996 und 2001 befragt, repräsentativ für BRD (SOEP)

1996: 37,7 %, 2001: 36,3 % mit Heimtier (TB); - 11,4% neues Tier in 2001;
12,8 % Tierverlust

- Querschnittlicher Vergleich der Arztbesuche in den letzten 3 Monaten:

1996: TB: 2,8	2001 TB: 2,7	.
VG: 3,0	VG: 3,2 (Diff.: 18,5 %)	.

- „Kontrolliert“ man von Geschlecht (Frauen 24 % häufiger), Alter (oldies 1,4 % häufiger), Partnerschaft (6,7 %) und Einkommen (reicher 16 % seltener) heraus, dann bleibt:
 - 7 % weniger Arztbesuche der Tierbesitzer in 2001

Repräsentative und längsschnittliche Daten (2)

B. Headey und M.M. Grabka: The relationship between pet ownership and health outcomes. www.diw.de

- Längsschnittliche Teilanalyse der 3977 Tier- und Hausbesitzer:
1996 Tier- und Hausbesitzer (grössere Familie, Wohnung mit mehr qm und weniger Luxus, Wohnen weniger im Zentrum, oldies Kindern gegenüber weniger fordernd)
- machten 2001 10 % weniger Arztbesuche,
 - 1996 langfristige Tier- und Hausbesitzer gar 13 % weniger Arztbesuche in 2001
 - und wenn sie 1996 und 2001 langfristig Tiere hatten, 16 % weniger Arztbesuche.
 - Erkennen wir den anderen Lebensstil, unterschiedliche Prozesse des Zusammenlebens? Die gelebte Beziehung zählt!



Gesundheit „durch“ Tiere

Headey, B., Na, F. und Zheng, R. (2008). Pet dogs benefit owners' health: A „natural experiment“ in China. *Social Indicators Research*, 84, 481-493.

Mehr als 3000 chinesische Frauen zwischen 25 und 40 Jahren, die in Städten lebten, befragt.

Zur Hälfte Besitzerinnen von Hunden:

- mehr Bewegung
 - schliefen besser
 - berichteten: bessere Fitness und Gesundheit
 - weniger Fehltage am Arbeitsplatz
 - seltener Arztbesuche
- als vergleichbare Gruppe ohne Hunde

Menschen, die mit einem Heimtier leben

Federation of European Companion Animal Veterinary Associations (2009)

machen weniger Arztbesuche

bewältigen Stress nach Verlustereignissen und gravierenden negativen
Erfahrungen schneller

sind emotional stabiler und ihr Gesundheitszustand ist generell stabiler
überleben länger nach gravierenden Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Patienten mit zu hohem Blutdruck können unter Stress durch
Streicheln eines Hundes oder einer Katze einen weiteren Anstieg
reduzieren

Cardio-vaskuläre Risikofaktoren sind bei Tierhaltern geringer; sie
haben einen niedrigeren systolischen Blutdruck und Serum-
Triglyzerid-Niveaus sind bei ihnen niedriger



Sozial-psycho-somatische Effekte

Natürlich sind die rein somatischen Effekte wichtig (Training von Kreislauf, Muskeln, Gelenken, Verdauung; senso-motorisches Training und Integration; Koordination; Vigilanz, etc.)

- aber die psychischen und sozialen Faktoren sind nicht zu übersehen.

Zur Erklärung: Soziale Psychosomatik

- Alleinlebende
 - Häufiger krank
 - Männer leben 3;6 Jahre, Frauen 0,7 Jahre kürzer, Männer sind nach Tod der Partnerin (über 40 %) „riskierter“ zu sterben
 - Mehr Risikoverhalten wie Rauchen, Alkohol
- Tiere sind „Soziale Katalysatoren“

Tiere als soziale Katalysatoren

- Menschen mit Tieren sind oft sozial „attraktiver“
 - Leichtere Kontaktaufnahme
 - Körperkontakt ohne Hemmungen
 - Sympathiebonus (Rollstuhlfahrer; Einschätzungen von Fotos)

Direkte Auswirkungen auf Wohlbefinden anzunehmen: im Erleben ebenso wie in den möglichen physiologischen Erklärungen (Endorphine, Oxytocin, entspanntes Senken des Blutdrucks, etc)

Zur Erklärung: Beziehung und Soziale Psychosomatik

- Subjektiv einsame, „ungeliebte“ Menschen
 - Immunkompetenz reduziert
 - Häufiger psychosomatische Probleme
 - Bei Erkrankung Prognosen schlechter
 - Mehr negative Affektivität

Tiere bieten unverbrüchliche Nähe, geben und fordern belohnende Interaktion, erlauben Vertrauen.

Die hilfreichen Effekte des Zusammenlebens mit Tieren (Lebensqualität) gleichen denen der sozial-emotionalen Unterstützung durch Menschen (Garrity und Stallones, 1998)



Zur Erklärung: Tiere „arbeiten“ klient-zentriert

Das Optimierungsprinzip in der humanistischen Therapie nach Rogers (hat er ein Prinzip der Evolution verstanden?) besagt:
Entwicklung/Therapie „gelingt“,

- wenn **bedingungslose** positive Zuwendung erfahren wird,
- wenn der Erzieher/Therapeut **authentisch** ist: Rogers, (1973, S. 177): Ein authentisch werdender Mensch „horcht immer mehr in die Winkel seines physischen und emotionalen Wissens hinein; und er entdeckt, dass er immer stärker bereit ist, mit größerer Genauigkeit und Tiefe jenes Selbst zu sein, dass er am wahrhaftigsten ist.“
 - wenn dem Klienten **empathisches Verstehen** entgegengebracht wird
 - wenn Äußerungen des Klienten ohne zu zweifeln und **ohne zu urteilen** aufgenommen werden
- **Hunde, die „Weltmeister der Anpassung“ - achten ständig auf ihren Rudelchef, (der auch aus einer obligat sozialen jagenden Spezies stammt)**

Zur Erklärung: Depression und Lebensdauer

J. Blumenthal (Lancet, vol. 362): 817 ältere Männer nach Bypassoperation über fünf Jahre beobachtet:

- Fast 40 % litten an Depression - in dieser Gruppe mehr als doppelt so viele Todesfälle wie in der depressionsfreien Gruppe.
- Leichtere depressive Verstimmungen, die nicht länger als 6 Monate dauerten, waren nicht lebensverkürzend.

Mit Tieren: Lustigere, angenehmere spielerische Aktivitäten, weniger „negative Affektivität“. Garrity et al. (1989): Bindung an Tier geht bei bedrückten alten Menschen mit niedrigerer Depression einher (nicht bei „normaler“ Stimmung erkennbar)


Zur Erklärung: Persönliche Faktoren

Negative Affektivität als Merkmal aller, vor allem psychosomatischer Krankheiten

- Serpell, 1991: Ein Tier aus dem Tierheim zu adoptieren lässt geringfügige Gesundheitsprobleme zurücktreten (Kopf- oder Gelenkschmerzen, Konzentrationsschwierigkeiten, Verstopfung, Atemnot etc.). Dauerhafter für Hunde- als für Katzenbesitzer.
- Tiere helfen, eigene Bedürfnisse zu spüren und um ihre Erfüllung zu bitten
- Modellernen: Leben im und Akzeptieren des Hier und Jetzt



Soziale und emotionale Effekte der Beziehung zu Tieren



Sozio-emotionale Effekte von Tieren

Mangelnde soziale Fertigkeiten als Ursache
von Problemen und Krankheit

Tiere verbessern Empathie

Die Studie von GUTTMANN et al. 1983

Emotionen lesen lernen

Soziographische Wahlen

In der Interaktion mit abhängigen Lebewesen deren Bedürfnisse
verstehen lernen

Auswirkungen auf Mitschwingen mit anderen Menschen nachzuweisen



Sozio-emotionale Effekte von Tieren (FLÖCK, 1999)

Mütter von Kindern mit Tieren:

weisen weniger auf soziale Normen hin,
analysieren seltener Gründe für Streit,
verlangen seltener die übliche formale Entschuldigung.

- ✓ Sie lassen sich vielmehr die ganze Situation und den Ablauf des Streites schildern,
- ✓ erinnern ihr Kind auch an das Leid des Gegenübers,
- ✓ geben nicht vor, übergeordnete Autorität zu sein, die über Prinzipien des Rechtes herrscht.




Tiere haben kein Urteil „über“ Erfolg oder Mißerfolg

Menschen urteilen nach „bewährten Kriterien und Kategorien“,

➤ Tiere akzeptieren, ja, sie konstituieren ihren Menschen in seiner Eigenart („Du darfst genau so sein, wie Du bist!“)

Menschen gehen in den kognitiven Bereich, und trennen (sich selbst und das Kind) vom Erleben ab

➤ Tiere bleiben in der direkten Erfahrung von Leben und Beziehung!



Tiere haben kein kluges Werturteil,
sie spüren und „geben“ Wert

Der „Aschenputtel-Effekt“
„Ich möchte der Mensch sein, der ich in den
Augen meines Hundes bin“ (General
Norman Schwarzkopf)



Tiere sind soziale Katalysatoren

Menschen mit Tieren sind oft
„attraktiver“

Leichtere Kontaktaufnahme

Körperkontakt ohne Hemmungen

Lustigere, angenehmere spielerische
Aktivitäten als mit vielen Erwachsenen

„Angst-Lust“ bei der Delphintherapie stößt
Prozesse im Kind und soziale Prozesse an



Tiere fördern soziale Integration in der Klasse

ORTBAUER: 24 Erstkläßler (keiner war Österreicher) vier Wochen ohne Hund und vier Wochen mit Hund beobachtet.

Hund hatte balancierenden Effekt: Störer und Clowns wurden ruhiger.

Zurückgezogene und in sich selbst verschlossene Kinder wurden aktiver

Effekte bei Jungen deutlicher



Selbstgesteuertes Lernen

Die Zähne von Mini-Pig Greta

Annahme der Frage

Kognitive Strategien

Emotionale Begleitprozesse (Angst)

Beziehung Kind-Tier

Intrinsische Motivation bekräftigt

Beachten wird die Integration - weit über sensorische und motorische hinaus gehend!

„Systemkonditionierung“

Das Mädchen und der Dackel
der „therapiefrustrierte“ Jugendliche

- „Öffnen“ des Blockes zwischen kognitivem und affektivem System
- Zugang zum inneren Erleben (auch von Schmerz, Abwehr) finden
 - Trost selber finden können, Soziale Unterstützung akzeptieren können
 - Aufmerksamkeit und Achtsamkeit in der Verhaltenstherapie

Konsequenz für Pädagogik und Therapie

Einbezug von

- Sozial-emotionalen Prozessen (vgl. Rogers, vgl. Selbstmitteilung; Schattenintegration)
 - Auch von nicht bewussten empathischen Prozessen
- Von neurobiologischen Prozessen (Salutogenese)

Danke für Ihre Geduld!



