



Foto: Marina Klimek

Tier tut gut

Tiergestützte Interventionen bei der Behandlung von Depressionen und anderen psychischen Erkrankungen

Tiere tun uns Menschen gut. Der Umgang mit ihnen kann das Gefühl von Sicherheit und Wärme bieten und hat positive Auswirkungen auf unser körperliches und geistiges Wohlbefinden. „Diese Erkenntnis wird verstärkt auch bei der Behandlung von Depressionen und weiteren psychischen Erkrankungen genutzt“, erklärt Corinna Engelke von der Gesundheitsregion Göttingen/Süd-niedersachsen. Der Verein ist Träger des 2019 gegründeten „Bündnis gegen Depression in Südniedersachsen“.

Erleben und Verhalten von Menschen erzielt werden sollen. Dies gilt für körperliche wie seelische Erkrankungen und findet Anwendung zum Beispiel bei pädagogischen, psychologischen und sozialintegrativen Angeboten – für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.“

Aus einer großen bundesweiten Studie ist bekannt, dass fast die Hälfte (43%) der Deutschen mindestens einmal im Laufe ihres Lebens an eine psychische Erkrankung adäquat diagnostiziert und behandelt wird. Für die Behandlung gibt es immer neuere Erkenntnisse und innovative Therapieansätze, die zum Einsatz kommen.

Die Methode der tiergestützten Intervention gibt es zwar schon sehr lange, sie erfährt aber mittlerweile immer größeren Zuspruch. Sie nutzt das menschliche Bedürfnis nach Wärme und Nähe, um zum Beispiel das Wohlbefinden, das Selbstwert-

gefühl und das Selbstbewusstsein der Patienten zu fördern. Denn Tiere können einerseits Grenzen aufzeigen, aber andererseits auch direkte, unmittelbare und unverstellte Reaktionen zeigen. Besonders im Umgang mit Emotionen und der Behandlung von Depressionen finden Tiere als unterstützende und begleitende „Therapeuten“ ihren Einsatz.

Tiere als begleitende Therapeuten

Heiko Bock aus Hardegsen ist Reittherapeut, zertifiziert nach ESAAT (European society of animal assisted therapy) und vom Bundesverband für therapeutisches Reiten und tiergestützte Therapie. Er hat die Erfahrung gemacht, dass der Einsatz einer tiergestützten Therapie immer ein individuelles, ergänzendes therapeutisches Instrument für den Patienten ist: „Man kann nicht mit jedem beliebigen Tier einen Patien-

ten da abholen, wo er oder sie es braucht.“ Deshalb hat Heiko Bock verschiedene Tiere im Einsatz, darunter zum Beispiel Minischweine, Alpakas, Pferde und Esel. Mit ihnen ist er sogar vor Ort in regionalen Kliniken für Patienten im therapeutischen Einsatz. Das jeweilige Tier kann dabei helfen, körperliche, kognitive und emotionale Funktionen wiederherzustellen und zu erhalten. Es soll bei den Betroffenen die Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Durchführung von Aktivitäten und Handlungen fördern und das subjektive Wohlbefinden verbessern. Insbesondere die Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse und das Empfinden von Empathie stehen hierbei verstärkt im Fokus.

Helmut Platte, Oberarzt an der Paracelsus Roswitha-Klinik Bad Gandersheim, erklärt: „Im Rahmen der tiergestützten Therapie in einer Klinik besteht eine zusätzliche Möglichkeit, im Umgang mit Tieren neue korrigierende Beziehungserfahrungen zu machen. Betroffene können dann diese positiven Erfahrungen auf die Beziehung zu Menschen übertragen und in der Folge zwischenmenschliche Beziehungen im Alltag auf eine für sie befriedigendere Art und Weise gestalten. Mir ist eine neue korrigierende Beziehungserfahrung im Umgang mit einem Tier ebenso wichtig wie der Transfer dieser Beziehungserfahrung in den sozialen Alltag sowie die zwischenmenschlichen Beziehungen.“

Pferdegestützte Therapien

Pferdegestützte Förderungen und Therapien umfassen die Hippotherapie (pferdegestützte Physiotherapie), ergotherapeutische Behandlung mit dem Pferd, die pädagogische und heilpädagogische Förderung mit dem Pferd sowie die pferdegestützte Psychotherapie.

Die Einbeziehung von Pferden in Psychotherapien geht mit effektiven Wirkungen auf therapeutische Prozesse einher. Zu diesem Ergebnis kommt eine qualitative Studie aus 2019 (Ärztblatt 6/2020) zu spezifischen Wirkfaktoren in der analytischen und tiefenpsychologisch fundierten pferdegestützten Psychotherapie. Manche Patienten erleben das Pferd als Brücke in die Therapie. Die von schwierigen, unter Umständen traumatischen Beziehungserfahrungen mit Menschen unbelastete Beziehung zu einem Pferd wird per se als heilsam erlebt.

Angesichts der zunehmenden Nachfrage an pferdegestützten Psychotherapieangeboten halten Fachleute Investitionen in größer angelegte Studien für sinnvoll, da die hochkomplexen, nachhaltig wirksamen Beziehungsinteraktionen zwischen Patienten, Pferden und Psychotherapeuten weiter untersucht werden müssen.

Depressionen können jeden Menschen treffen

Eine Depression tritt meist unerwartet und spontan auf. Aus medizinisch-therapeutischer Sicht ist sie eine ernste Erkrankung, die das Denken, Fühlen und Handeln beeinflusst, mit Störungen von Körperfunktionen einhergeht und erhebliches Leiden verursacht. Zu den Hauptsymptomen gehören gedrückte Stimmung, Interessen- oder Freudlosigkeit und Antriebsmangel bzw. erhöhte Ermüdbarkeit. Zusatzsymptome können u.a. Suizidgedanken/-handlungen, Schlafstörungen oder verminderter Appetit sein.

Trotz wirksamer Behandlungsmöglichkeiten bei psychischen Erkrankungen erhalten nur etwa 10% der Betroffenen eine angemessene Behandlung. Psychotherapeutische oder psychiatrische Hilfe in Anspruch

Bündnis gegen Depression in Südniedersachsen

Im September 2019 wurde das regionale „Bündnis gegen Depression in Südniedersachsen“ gegründet. Die Auftaktveranstaltung moderierte Schirmherrin Rebecca Siemoneit-Barum in der Stadthalle Northeim. Verschiedene Institutionen, Kliniken, Mitglieder der Sozialpsychiatrischen Verbände, Sozialpsychiatrische Dienste sowie Selbsthilfegruppen, Ehrenamtliche und die Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen engagieren sich, um gemeinsam Aufklärungsarbeit zu leisten, das Thema „Depressionen“ verstärkt in der Öffentlichkeit bekannt zu machen und das Wissen über die Krankheit in der Bevölkerung zu erweitern. Informationen finden Interessierte unter: www.buendnis-gegen-depression-suedniedersachsen.de

zu nehmen, fällt vielen Menschen schwer. Häufig wird eine Depression nicht als Krankheit erkannt, sondern als persönliches Versagen oder Schuld empfunden. Durch intensive öffentliche Aufklärungsarbeit möchte das **Bündnis gegen Depression in Südniedersachsen** helfen, diesen Blick auf die Krankheit zu ändern.

→ INFOS

Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen
Geschäftsstelle
c/o GWG Gesellschaft für Wirtschaftsförderung
und Stadtentwicklung Göttingen mbH
Bahnhofsallee 1b, 37081 Göttingen
Tel. 0551 54743-292
E-Mail: info@gesundheitsregiongoettingen.de
Web: www.gesundheitsregiongoettingen.de



Corinna Engelke
Projektmanagerin und
Kordinatorin Gesundheitsregion
Göttingen/Südniedersachsen

Corinna Engelke: „Eine sogenannte ‚Tiergestützte Therapie‘ umfasst alle Maßnahmen, bei denen durch den gezielten Einsatz eines Tieres positive Auswirkungen auf das



Der Kontakt zu Tieren bietet unter professioneller Begleitung ein ergänzendes therapeutisches Potential