

Grundlagen und Voraussetzungen, die Sie als Mensch innerhalb des Teams erfüllen sollten

Dreiecksbeziehung im therapeutischen Setting

Ziel und Weg des tiergestützten Einsatzes ist immer Gewaltfreiheit und Gleichwürdigkeit. Das bedeutet mehr als ein „stressfreies“ Einsetzen des Hundes – es bedeutet unser Hund hat Freude am Austausch und nimmt immer freiwillig teil. Obwohl wir sie „Partner“ nennen, haben Menschen und Hunde immer noch nicht die gleichen Privilegien und, schaut man sich Bilder und Videos im Internet an, so ist es mehr als fraglich, ob Hunde in irgendeiner Form frei und in Kenntnis der Sachlage ihre Zustimmung zur Erfüllung der ihnen zugewiesenen Aufgaben geben. In dieser Dyade (oder eher Triade) müssen Hunde immer noch als der am wenigsten kontrollierende Teilnehmer angesehen werden. Hunde können durchaus ihren „bevorzugten Grad der Beteiligung an TGI“ (pet partners) mitteilen und sie sollten Spaß an der Teilnahme haben. Die Praxis, dass Hunde die Interaktion lediglich tolerieren und den Befehlen des Hundeführers folgen, wird hier ausdrücklich kritisiert! (IAHAIO White Paper, 2018; petpartners.org)

Durch die Hinzunahme eines empfindungsfähigen Wesens in ein therapeutisches Setting entsteht daher eher eine Dreiecksbeziehung als eine bidirektionale Beziehung. Ein zusätzlicher empfindungsfähiger Partner erfordert geschickte Fähigkeiten des begleitenden und in der Verantwortung stehenden Menschen, um die Aufmerksamkeit zu teilen, die gewünschten Zielsetzungen im Auge zu behalten und während einer Sitzung schnell und angemessen auf beide Teilnehmer zu reagieren. Die aktuelle Perspektive auf den Tierstatus in der TGI sollte dahin gehen, dass unsere Partner Hunde

nicht als „weniger als“ oder „Werkzeuge“, sondern als Individuen mit Vorlieben, Abneigungen und Einschränkungen betrachtet werden (IAHAIO White Paper, 2018).

Die Begründung für diesen Paradigmenwechsel ist praktisch und ethisch, da das Wohlergehen der Hunde mit dem Wohlergehen der Empfänger eng verbunden ist. Dieses sogenannte One-Health-Konzept besagt, dass die Gesundheit von Mensch, Tier und Umwelt immer miteinander im Wirkungsgefüge steht. Die One-Health-Idee basiert auf einem ganzheitlichen, interdisziplinären Ansatz und dem Verständnis, dass wir und alle Komponenten unserer Umwelt miteinander in Beziehung stehen und sich wechselseitig beeinflussen. Ziel der One-Health-Idee ist es, „optimale Ergebnisse für Gesundheit und Wohlbefinden zu erzielen unter Berücksichtigung der Zusammenhänge zwischen Menschen, Tieren, Pflanzen und ihrer gemeinsamen Umwelt“ (One Health Commission, 2020).

Das bedeutet für uns, dass wir grundsätzlich das Machtgefälle innerhalb dieser triadischen Beziehung erkennen und versuchen sollten, das optimale Wohlergehen des Hundes zu schützen, ungeachtet der Präferenzen des Empfängers. Das Bewusstsein für die multiplen Beziehungen, die der TGI innewohnen, und die Fähigkeit, diese auszuhandeln, sollten sich darin widerspiegeln, dass wir dafür die Verantwortung tragen, unserem Hund jederzeit die Möglichkeit zu schaffen, sich gegen eine Teilnahme zu entscheiden.



Beschwichtigungssignale und Stress

Und das wiederum bedeutet, dass Sie die Hundesprache und hier sozusagen den individuellen „Dialekt“ Ihres Hundes verstehen müssen. Beschwichtigungssignale zum Beispiel sind kommunikative Ausdrucksverhalten, die primär dazu dienen, aggressive Verhaltensweisen, beispielsweise mit Artgenossen, zu stoppen oder bereits im Vorfeld zu vermeiden. Sie wirken deeskalierend und höflich, indem sie in einer Begegnung dem Gegenüber einen Einschätzungswert kommunizieren. Hunde zeigen dieses Verhalten allerdings nicht nur innerartlich, sondern auch uns gegenüber, wenn sie sich verunsichert, bedroht, unwohl oder überfordert fühlen. Sie können auch ungezielt gezeigt werden, um einen Gemütszustand auszudrücken oder Erregungszustände abzubauen. Von daher ist es für Sie eine zwingende Grundlage, die Beschwichtigungssignale Ihres Hundes lesen zu können. Sie werden so die Gemütslage Ihres Hundes besser einschätzen können, was für Ihre Arbeit unerlässlich ist, da Ihr

Hund nicht unter Bedingungen arbeiten soll, in denen er sich unwohl fühlt und Sie so durch sachliche Einschätzung potenziell gefährliche Situationen frühzeitig vermeiden können.

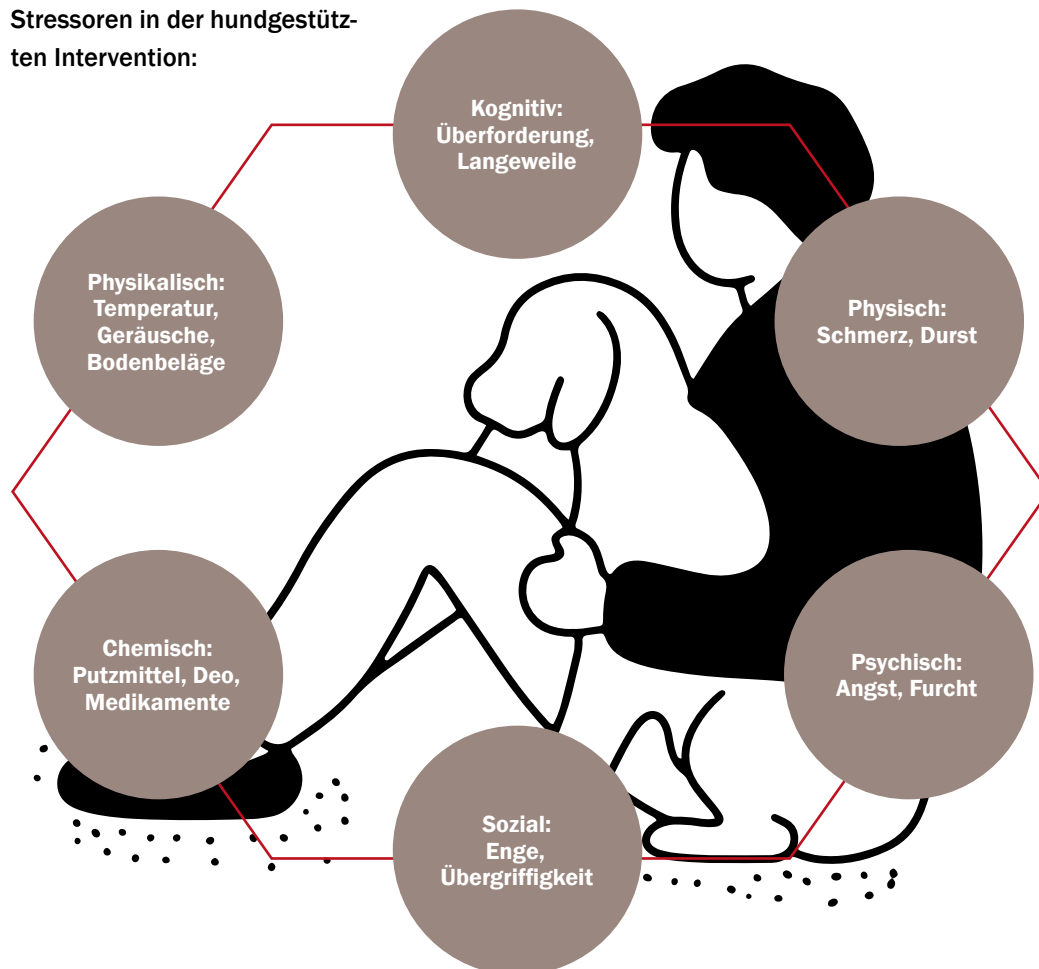
Selbstverständlich gibt es entsprechende Fachliteratur, die Sie lesen sollten (Turid Rugaas: „Die Beschwichtigungssignale der Hunde“). Denn beim Beschwichtigungsverhalten geht es nicht nur darum, die einzelnen Signale zu erkennen, sondern auch darum, zu wissen, dass sie kontextbezogen gezeigt werden. Ein Gähnen, Blinzeln, Über-den-Fang-Lecken, Wegschauen, Sich-Abdrehen, Einfrieren usw. kann ein Beschwichtigungssignal sein, kann aber auch in anderem Zusammenhang gezeigt werden.

Lernen Sie die Kommunikationssignale Ihres Hundes – das ist DIE Grundlage in der tiergestützten Intervention! Unterbinden Sie diese nicht und bestrafen Sie den Hund nicht, denn ein Hund, der keine Signale mehr zeigt, ist für uns oft unberechenbar (siehe auch Eskalationsleiter auf Seite 40). Erkennen Sie die Gemütslage Ihres Hundes –

nur so können Sie mit ihm arbeiten. Ihr Hund zeigt keine Ängste oder Vermeidungsverhalten, um Sie zu ärgern – er hat ein Anliegen, es gibt einen Grund für sein Verhalten! Bieten Sie ihm Hilfe und Alternativen an und zwar mit einem positiven, kleinschrittigen Training ohne Zwang oder gar aversiven Ausbildungsmethoden (siehe aversive Trainingsmethoden Seite 55). Und reflektieren Sie, warum das Setting oder der Klient diese Reaktion Ihres Hundes ausgelöst hat.

Erkennen Sie eine potenzielle Reizüberflutung Ihres Hundes während des Settings. Reize können vielfältig sein: von unbekannten Geräuschen wie medizinischen Apparaten oder lauten Geräuschen wie schreienden Klienten über visuelle Reize wie Rollstühle, Rollatoren und andere Geh- oder Bewegungshilfen oder olfaktorische Reize wie Essenswagen oder Urinbeutel und Medikamente.

Eine Übersicht von typischen Stressoren in der hundgestützten Intervention:



Literaturempfehlungen für die Themen Kommunikationssignale, Ausdrucksverhalten und Stress:

- Calming Signals – Die Beschwichtigungssignale der Hunde, Turid Rugaas. animal learn Verlag, 2001.
- Calming Signals Workbook, Clarissa v. Reinhardt, Martina Scholz. animal learn Verlag, 2004.
- Emotionen bei Hunden sehen lernen – Eine Blickschule, Katja Krauß und Gabi Maue. Kynos Verlag, 2020.
- Stress bei Hunden, Martina Scholz & Clarissa v. Reinhardt. animal learn Verlag, 2012.
- Angst & Aggression bei Hunden: Vorbeugen und abbauen. Anders Hallgren. Cadmos Verlag, 2011.
- Warum Zebras keine Migräne kriegen, Sapolsky, R. M. & B. Stein. Piper Verlag, 1996.



Was ist Ihre Motivation?

Bevor Sie die tiergestützte Arbeit und/ oder Ausbildung beginnen, gehen Sie bitte in sich und reflektieren Sie, was Ihre Motivation ist. Was sind Ihre Gründe, dieses Gebiet zu wählen? Bitte machen Sie sich dies bewusst. Es gibt eine Vielzahl an Einflussfaktoren, die den Einsatz in der TGI maßgeblich bestimmen und leider auch erschweren können. TGI sollte ein Bereich sein, der Ihre Persönlichkeit ausmacht und widerspiegelt. Eine Neuorientierung ist meist mit Zeit und Kosten verbunden. Hier gilt es persönlich abzuwägen. Was sind Ihre Stärken und Schwächen? Wo liegen Ihre Grenzen? Die tiergestützte Intervention kann ungemein belastend in vielen Settings sein – schaffen Sie das? Sind Sie stressresistent? Kennen Sie Ihre Kompetenzen und Stärken, aber auch Ihre Grenzen? Und bedenken Sie, dass Sie nun in einem Setting arbeiten, in dem es nicht sinnvoll ist (für den Klienten) oder gerne gesehen wird (vom Arbeitgeber), wenn man nach drei Einsätzen feststellen muss, dass man doch keine Freude daran

hat oder emotional zu belastet ist. Bitte machen Sie sich vorher kundig!

In einem derart anspruchsvollen Bereich fällt es schwer eine gute Leistung zu erbringen, wenn die Arbeit nicht mit voller Leidenschaft ausgeübt wird. Die eigene Komfortzone zu verlassen kostet Mut und Überwindung. Motivation ist nötig und hilfreich, kann jedoch bei zu starker Ausprägung oder in bestimmten Situationen auch hinderlich sein. Sind Sie vielleicht manchmal etwas übermotiviert und schießen über das Ziel hinaus? Manchmal braucht man einen gewissen Abstand, manchmal ist es wichtig, dass man loslässt. Übermotivierte Menschen sehen mitunter das Offensichtliche nicht und übersehen, dass sie andere Menschen nicht mitnehmen auf dem Weg zum gemeinsamen Ziel.

Verschiedene Situationen verlangen verschiedene Verhaltenskodizes: Was wann von wem als sozial angemessen empfunden wird, hängt stark davon ab, in welchem Rahmen die Interaktion stattfindet. Soziale Angemessenheit ist demnach kulturspezi-

fisch und unterliegt gesellschaftlichen, zeitlichen, habituellen und anderen Wandlungsprozessen. Das bedeutet, je nach Setting interagieren Sie unter Umständen mit ganz unterschiedlichen Empfängern. Bitte passen Sie Ihr Verhalten an, um immer professionell und höflich zu sein! Bedenken Sie, dass Sie als Vorbild und Multiplikator fungieren.

Fördern Sie Ihre eigene Resilienz

Die tiergestützte Intervention kann eine große emotionale Belastung sein. Damit dieser Stress nicht zu gesundheitlichen Problemen führt, ist eine starke Resilienz notwendig, um Widerstandskraft gegen Stress und in Krisen aufzubauen. Fördern Sie Ihre Resilienz zur Unterstützung Ihrer psychischen und physischen Gesundheit. Achtsamkeit ist hier das Schlüsselwort.

Trainieren Sie Ihre Wahrnehmung und Selbstwahrnehmung! Der Mensch hat die grandiose Fähigkeit, sich auf spezielle Dinge besonders zu fokussieren. Der Nachteil ist, dass sich unter Stress unser Blick auf die negativen Dinge richtet. Unsere Wahrnehmung beschränkt sich unter Belastung. Da wir uns auf das Schlechte konzentrieren, bekommen wir das Gefühl, alles sei schlecht. Und das können wir in einem tiergestützten Setting nicht gebrauchen. Doch dem lässt sich etwas entgegenzusetzen. Achten Sie bewusst auf Ihre Wahrnehmung. Was sehen, hören, empfinden Sie? Um den eigenen Fokus zu erweitern, helfen die Fragen:

- Was ist heute gut gelaufen?
- Was soll sich im Moment nicht ändern?

Wenn Sie sich diese Fragen regelmäßig stellen, trainieren Sie Ihre Wahrnehmung darauf, auch unter Stress gute Ereignisse ins Bewusstsein zu lassen. Ein ebenfalls wichtiger Faktor ist die Selbstwahrnehmung. Die eigene Selbstwahrnehmung zu stärken, hilft nicht nur, ein gesünderes

Leben zu führen, sondern auch Stress besser wahrzunehmen. Wenn Sie Ihre Stresssymptome kennen, können Sie besser dagegen handeln. Konzentrieren Sie sich dafür auf Ihren Körper.

- In welchen Situationen spüren Sie Stress?
- Was haben diese Situationen gemeinsam?
- Was hilft Ihnen in diesen Situationen?

Kennen Sie die Wirkung von Worten! Das ist ein weiterer Weg, die Achtsamkeit zu stärken und damit Ihre Resilienz zu fördern. Sprache ist überall um uns herum. Wir kommunizieren ständig, und das teilweise ohne unser Gegenüber zu sehen. Sie können mit Ihrer Wortwahl ebenso viel für sich wie für Ihr Umfeld tun. Legen Sie Achtsamkeit auf Ihre Sprache, dann gehen Sie auch achtsam mit Ihren Empfängern und Ihrem Hund um.

Langanhaltender Stress bedeutet, dass Sie permanent unter Anspannung stehen. Sie können diesen Zustand nicht aufrechterhalten ohne Leistungsminderung oder Erschöpfung. Um energiereich und leistungsstark arbeiten und leben zu können, müssen Sie Ihre Kräfte regenerieren. Finden Sie für sich einen passgenauen Weg der Regeneration: Laufen? Yoga? Lesen? Stärken Sie Ihren Selbstwert – er ist das Immunsystem der Seele. Mit einem starken Selbstwert glauben wir an unsere eigenen Taten und fühlen uns weniger verletzlich. Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Wir gewöhnen uns schnell an Denkmuster. Daher fällt es uns nicht leicht, diese zu ändern. Sie sind die inneren Überzeugungen, die wir uns im Laufe des Lebens angeeignet haben. Doch Denkmuster wie beispielsweise, „Ich darf keine Fehler machen.“, führen unweigerlich dazu, dass sich bei Fehlern der Selbstwert vermindert. Glaubenssätze verleihen Stabilität und Ordnung. Daher ist es sinnvoll sich zu fragen, welche Denkmuster Ihnen helfen, einen starken Selbstwert zu haben und welche eher Selbstwerträuber sind.

Sich abgrenzen – das fällt vielen Menschen schwer. Merken Sie, dass Ihr Finger immer nach



oben wandert, sobald zusätzliche Aufgaben anstehen und Sie damit überfordert sind? Sich abgrenzen können und „Nein“ sagen zu lernen, ist mindestens so wichtig, wie hin und wieder etwas für andere zu tun. Wer sich abgrenzt, bestimmt seine eigenen Grenzen. Jeder Mensch hat Grenzen, die nicht allgemeingültig sind, sondern individuell bestimmt. Grenzen zu setzen ist nicht immer einfach. Warum sagen Sie „Ja“, obwohl Sie „Nein“ meinen? Man möchte nicht den sozialen Anschluss verpassen – und hat deshalb Angst davor, sich abzugrenzen. Man möchte dazugehören und keinen vor den Kopf stoßen. Wer sich abgrenzen möchte, kämpft oft mit Schuldgefühlen. Reagiert das Gegenüber negativ, fühlt man sich verantwortlich. Ja, wir haben Einfluss auf die Gefühle anderer, in erster Linie ist aber jeder Mensch für seine eigenen Gefühle verantwortlich. Das heißt: Ihr Gegenüber entscheidet selbst, wie er mit Ihrer Entscheidung umgeht. Wer sich schwer abgrenzen kann, hat oft ein hohes Einfühlungsvermögen. Wer sich leicht in andere einfühlen kann, fühlt sich schnell verantwortlich für die Bedürfnisse des Gegenübers. Nutzen Sie dieses hohe Maß an Ein-

fühlungsvermögen dafür, sich selbst besser zu verstehen und sich abzugrenzen.

Menschliche Kompetenzen und Voraussetzungen in der tiergestützten Intervention

- soziale Kompetenz
- angemessene Selbststeuerungsfähigkeit
- positive Selbstwahrnehmung
- Bereitschaft, etwas Neues zu lernen
- Vertrauen in die eigene Selbstwirksamkeit
- Fähigkeit, sich abzugrenzen
- Kritikfähigkeit
- angemessener Umgang mit Stress
- Belastbarkeit
- Fähigkeit, Probleme zu lösen
- Respekt
- Mut zur Selbstveränderung
- Offenheit und Verständnis
- Motivation
- Spaß mit Menschen therapeutisch, pädagogisch und fördernd zu arbeiten
- Empathie