

Inhalt

Vorstellung der Autorinnen	4	Seht her, wie aufopferungs- voll ich mich kümmerge! Das Münchhausen- Stellvertreter-Syndrom	52
Einleitung	7		
Lieber ich als du! Akute Belastungs- reaktionen und ihre möglichen Auswirkungen auf unsere Tiere	11	Angst essen Seele – und Verstand – auf Angststörungen und Phobien	60
Mein Prinz, meine Prinzessin Narzisstische Störungen	17	Um mich herum nur Dunkelheit und Verzweiflung Depression und depressive Verstimmungen	66
Wenn Liebe und Hass sich umarmen Emotional instabile Persönlichkeitsstörungen vom Borderline-Typ ...	23	Out of control – das bin nicht ich Bipolare Störungen und Psychosen	74
Du schaffst das. Du musst das schaffen! Essstörungen und ihre Auswirkungen auf Bezugstiere	32	Vorsicht! Alles im Nebel Sucht und Drogen	84
Ich bin das Leid Posttraumatische Belastungsstörungen und dissoziative Störungen	38	Kennen wir uns? Demenz	89
Vorsicht, Täterintrojekte!	47	Der ganz normale Wahnsinn Wie Hinz und Kunz ihre Tiere behandeln	95
		Gedanken zum Schluss ..	99
		Dank.....	101
		Wo kann man sich Hilfe holen?.....	102
		Literaturverzeichnis	109



Einleitung

„Gib dem Menschen einen Hund und seine Seele wird gesund.“

Dieses Zitat wird Hildegard von Bingen zugeschrieben. Neuere Studien, die sich mit Langlebigkeit beschäftigen, untersuchen immer wieder den Einfluss von Tieren und speziell Haustieren auf unsere Gesundheit. So ergab eine Studie an der Universität Uppsala, Schweden, die den Lebensstil von 3,4 Millionen Erwachsenen analysierte, dass die Sterblichkeit insbesondere unter den Singles der Hundehalter während der zwölfjährigen Untersuchungsdauer um 33 % geringer war und dass das Risiko für Herzinfarkte in der gleichen Gruppe um 11 % gesunken war. Eine weitere Studie in Kopenhagen ging ebenfalls der Frage nach, welchen Einfluss es auf die Sterblichkeit hat, sein Leben mit einem Hund zu teilen. Es wurden Daten von mehr als 275.000 Probanden untersucht und das Ergebnis zeigte, dass ein regelmäßiger Umgang mit einem Hund günstigere Überlebenschancen zur Folge hat: Unter Hundehaltern lag die Mortalität im Mittel um 8 % niedriger als bei Menschen ohne Hund. Die Forscher sahen sogar die Hypothese unterstützt, wonach das Zusammenleben mit einem Hund als Ersatz für einen Partner oder andere soziale Beziehungen dienen kann. Die Essenz: Eine gelungene Partnerschaft schützt vor Krankheit und frühem Tod, ob der Partner zwei oder vier Beine hat, scheint dabei wenig bedeutsam zu sein!

Tiergestützte Therapien halten zurzeit immer häufiger in Altenheimen, Schulen, Kindergärten oder Behinderteneinrichtungen Einzug. Therapie- und Besuchshunde haben dabei allein durch ihre Anwesenheit eine positive Wirkung auf ihr Umfeld. Sie leisten wertvolle Arbeit im zwischenmenschlichen Bereich, es wird von einer Verbesserung der Kommunikation, der Teamarbeit, der gegenseitigen Rücksichtnahme und der Selbstständigkeit

berichtet. Therapiehunde sollen Verspannungen lösen, Zuwendung und Anerkennung vermitteln, sogar Depressionen und Ängste abbauen. Gute Behandlungserfolge werden auch in der therapeutischen Arbeit bei Opfern von Gewalt, bei Hyperaktivität, Einsamkeit oder Langeweile berichtet, weshalb Therapeuten, Familienangehörige oder Freunde/ Nachbarn zur Anschaffung eines Haustieres raten, insbesondere wenn ein Mensch alleine lebt.

Viele Menschen halten Haustiere, manche, weil sie Liebe, Geborgenheit und Fürsorge sowohl erhoffen als auch geben wollen. Darunter gibt es auch Menschen mit psychischen Problemen. Doch was bedeutet das für die Menschen, was bedeutet es für die Tiere? Wie kommt zum Beispiel ein Hund damit zurecht, wenn seine Bezugsperson depressiv, hyperaktiv, gewaltbereit, emotional instabil oder überbesorgt ist? Was bedeutet es für ein Haustier, wenn Herrchen oder Frauchen zunehmend dement wird und seine Versorgung deshalb nicht mehr gewährleistet ist? Was bedeutet es für den Halter, wenn er bemerkt, dass es seinem Tier schlecht geht, weil es unter seiner psychischen Ausnahmesituation leidet?

Diesen Fragen möchten wir nachgehen. Durch unsere Berufsfelder haben wir mit beiden Seiten der Mensch-Tier-Beziehung zu tun und deshalb sei schon zu Beginn dieses Buches gesagt, dass es hier nicht um die Stigmatisierung psychisch erkrankter Menschen geht. Manche von ihnen kümmern sich liebevoll und verantwortungsbewusst um ihre Tiere, gerade weil sie selbst Furchtbares erlebt haben. Und beim Lesen der Fallstudien wird deutlich, dass in den Fällen, in denen es nicht gut läuft, nicht nur die Tiere, sondern auch die Menschen leiden.

Der Schwerpunkt der aufgeführten Fallstudien liegt bei der Hundehaltung, aber auch Katzen, Pferde und andere Tiere finden

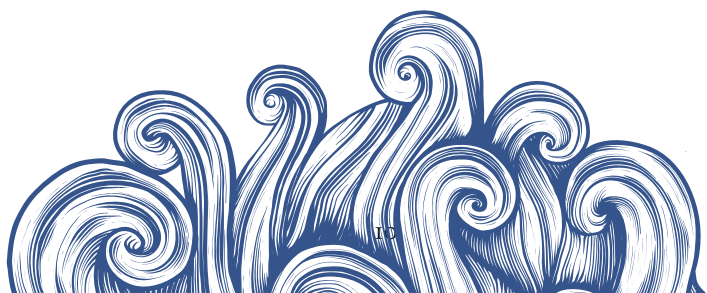
Erwähnung. Wir möchten die Beziehung von psychisch Erkrankten und ihren Tieren hinsichtlich ihrer Interaktionen beleuchten, und zwar sowohl in den Möglichkeiten wie auch in ihren Schwierigkeiten/ Problemen. Einen Schwerpunkt bilden die psychischen Krisen oder Erkrankungen und deren wechselseitige Auswirkungen.

Sie werden in diesem Buch aber keine Anleitung für Therapien am erkrankten Menschen oder Training mit den betroffenen Tieren finden. Die Krankheitsbilder und einzelnen Schicksale sind viel zu komplex, als dass sie durch einfach gehaltene Anleitungen zu lösen wären. Nicht umsonst sind die betroffenen Patienten manchmal über lange Zeiträume in Therapie, ohne dass eine grundsätzliche Lösung gefunden werden kann und auch ein Tier, das an der Seite seines Halters Furchtbares erlebt hat, kann man nicht immer einfach durch Training oder Umkonditionierung von seinen Erinnerungen befreien. Umso erstaunlicher ist es, wie gut manche Patienten und Tiere ihre Erlebnisse dennoch verarbeiten können. Dieses Buch soll zunächst einmal Bewusstsein für das Thema schaffen und im besten Fall eine Diskussion eröffnen, die vielleicht dazu führt, Lösungswege zu erarbeiten.

Die einzelnen Kapitel sind so aufgebaut, dass zunächst das Krankheitsbild beschrieben wird und dann die Fallgeschichten erzählt werden. Die angeführten Fallstudien sind alle echt und haben sich tatsächlich so zugetragen. Selbstverständlich wurden aber die Namen und manchmal auch Berufe oder Wohnorte so verändert, dass die betroffenen Personen nicht zu erkennen sind.

Ogleich wir schon mit dramatischen Tierschicksalen zu tun hatten, die uns emotional sehr berührten, möchten wir nicht anklagen, sondern wachrütteln und Bewusstsein schaffen. Wir möchten darauf hinweisen, was es für Tiere bedeutet, mit einem psychisch kranken Menschen zusammenzuarbeiten oder zu-

sammenzuleben und die Verantwortlichkeit der betroffenen Menschen stärken. Wir hoffen, dass dieses Buch helfen kann, Klischees abzubauen und Menschen zu ermutigen, bei Schwierigkeiten rechtzeitig Hilfe zu holen – sei man Beobachter von außen oder selbst in der Situation betroffen. Hilfe für die betroffenen Tiere und Menschen.



Lieber ich als du!

Akute Belastungsreaktionen und ihre möglichen Auswirkungen auf unsere Tiere

Psychiater sprechen von einer akuten Belastungsreaktion und meinen damit eine vorübergehende Störung, die bei einem Gesunden als Reaktion auf eine außergewöhnliche Belastung entsteht. Wenn diese Belastungen länger anhalten, wie zum Beispiel bei entscheidenden Lebensveränderungen wie Trauerfall oder Trennungserlebnissen, können sich länger andauernde, sogenannte Anpassungsstörungen ergeben, deren Anzeichen zum Beispiel depressive Stimmung, Ängste, Störungen des Sozialverhaltens oder auch körperliche Reaktionen in Form von psychosomatischen Beschwerden sein können. Nicht nur Menschen entwickeln diese Anpassungsstörungen, auch unsere Haustiere, die mit uns im Verbund leben. Und immer wieder scheint es so, als würden sie unbewusst einen Teil dieser Lasten übernehmen, sozusagen stellvertretend für uns leben, um uns zu entlasten.

Aus der systemischen Familientherapie wissen wir seit langem, dass die Familie in einem Energiefeld verbunden ist, in dem das Befinden jedes Einzelnen Auswirkungen auf alle anderen Mitglieder hat. Dies gilt auch für unsere Tiere, denn auch sie sind Mitglieder unseres Familienmobile.

Linda und Emma

Linda lebte mit ihrem Mann, ihrer zehnjährigen Tochter und ihren beiden Mischlingshündinnen in einem alten Bauernhof. Nach außen die perfekte Idylle, hatte sich im Inneren ein sehr destruktives System entwickelt, geprägt von Schweigen, Sprachlosigkeit, Alkoholexzessen und nächtlichen Streitereien, bei denen Linda immer wieder die Flucht mit ihrer Tochter