

Vier Pfoten als Brücke zur Seele – Hundegestützte Arbeit im Spiegel der Individualpsychologie

Four Paws as a Bridge to the Soul – Dog-Assisted Therapy through the Lens of Individual Psychology

Sabine Groiss ¹

¹ Wien, Österreich

Kurzzusammenfassung

Dieser Artikel beleuchtet, wie die hundegestützte Psychotherapie mit der Individualpsychologie Alfred Adlers verbunden werden kann. Hunde wirken in therapeutischen Settings als emotionale Brücken, fördern Offenheit, Mentalisierung und das Gemeinschaftsgefühl – zentrale Konzepte der Individualpsychologie. Anhand von Studien und einem detaillierten Fallbeispiel wird gezeigt, wie Hunde nicht nur beruhigen, sondern auch tiefgreifende psychodynamische Prozesse anstoßen können. Der Hund wird dabei zum Spiegel, Übertragungsobjekt und Co-Therapeuten. Auch diagnostisch bieten sich neue Möglichkeiten durch die Beobachtung von Interaktionen zwischen Patient*in und Hund. Wichtig sind der respektvolle Umgang mit dem Tier sowie eine fundierte Ausbildung. Die Arbeit zeigt, wie sich durch den Hund therapeutische Räume öffnen, in denen Individualpsychologie lebendig und erfahrbar wird – ein Feld mit hohem Potenzial für künftige Forschung.

Abstract

This article explores the integration of dog-assisted therapy into Alfred Adler's individual psychology. Therapy dogs serve as emotional facilitators, enhancing openness, social connectedness, and

mentalization – key Adlerian concepts. Drawing on research and a detailed case study, the article illustrates how dogs can ease emotional tension and trigger therapeutic processes. The dog acts as a mirror, object of transference, and co-therapist. Furthermore, dog-assisted interactions provide diagnostic insights. The importance of respectful handling and proper training is emphasized. The presence of a therapy dog enables the therapist to observe dynamics from a distance, making unconscious patterns visible. This approach brings Adlerian theory to life in practical, emotionally resonant ways – revealing a largely untapped field of therapeutic and scientific value.

Schlüsselwörter

Hundegestützte Psychotherapie, Individualpsychologie, Alfred Adler, Therapiebegleithund, Tiergestützte Intervention, Psychotherapie mit Hund, Diagnostik in der Psychotherapie

Keywords

Dog-assisted psychotherapy, Individual psychology, Alfred Adler, Therapy dog, Animal-assisted intervention, Psychotherapy with dogs, Diagnostic tool in therapy

1 Einführung

Als 2020 mein Border Collie Rüde „Moon“ bei mir einzog, faszinierten mich von Beginn an das Einfühlungsvermögen und die Sensibilität, die er mir durch seine Reaktion auf meine Stimmung zeigte.

Zu Beginn begleitete er mich noch als Bürohund. Nur durch seine Anwesenheit war die Stimmung viel positiver und entspannter, so die einhellige Meinung meiner Kolleg*innen.

Mehrere Studien belegen, dass Hunde bei der Arbeit einen signifikant positiven Effekt auf Konzentration, Arbeitsmotivation und psychisches Wohlbefinden haben (Hall, S.S., Mills D.S., 2019).

Weitere Untersuchungen zeigen die positiven Auswirkungen, die Tierkontakte auf die psychische und körperliche Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen haben. Julius et al. (2014, S. 53ff zitiert nach Ganser G. 2017. S. 8) haben dazu mehrere Studien in einer Metastudie ausgewertet. Demnach zeigte eine Studie von mehr als 1.000 australischen Teilnehmer*innen, dass Hunde- und Katzenbesitzer*innen seltener den Arzt aufsuchten und weniger Medikamente gegen Schlafstörungen einnahmen als vergleichbare Nicht-Heimtierbesitzer*innen.

Heimtierbesitzer*innen haben einen zeitlich umfangreichen und auch emotional sehr intensiven Kontakt zu ihren Haustieren. In der Psychotherapie ist der Kontakt zum Therapiebegleithund auf lediglich maximal 45 bis 50 Minuten pro Woche beschränkt. Kann dies einen ähnlichen Effekt erzielen? Julius et al. haben dazu geforscht und herausgefunden, dass die Anwesenheit von Hunden in der

Psychotherapie bei Kindern mit einer psychiatrischen Störung zu einem verbesserten Sozialverhalten führte und auch die Bereitschaft zur Interaktion erhöhte (2014, S. 66 zitiert nach Ganser G. 2017. S. 8).

2 *Hundegestützte Arbeit*

Was bedeutet hundegestützte bzw. tiergestützte Therapie? Laut Definition des amerikanischen non-profit Human Animal Bond Research Institute (HABRI), welches die positiven Effekte des Kontaktes zu Tieren auf die Gesundheit erforscht, bedeutet tiergestützte Therapie folgendes:

„Animal Assisted Therapy is a goal oriented, planned and structured therapeutic intervention directed and/or delivered by health, education and human service professionals. Intervention progress is measured and included in professional documentation. AAT is delivered and/or directed by a formally trained (with active licensure, degree or equivalent) professional with expertise within the scope of the professionals' practice. AAT focuses on enhancing physical, cognitive, behavioral and/or socio-emotional functioning of the particular human recipient.“
(HABRI, 2014-2018)

Hunde in der Therapie können die Therapiemotivation, Offenheit und Aufnahmebereitschaft steigern und tragen zum Wohlbefinden in der Therapiesituation bei. Dabei ist die tiergestützte Therapie keine eigene Therapieform. Sie dient als zielorientierte und strukturierte Interventionstechnik, die vom Fachpersonal im Rahmen der jeweiligen Kompetenz eingesetzt werden kann (Huß & Seemüller 2022, S. 41-49).

In einer Studie von Allen et al. (1991) wurde untersucht, welche Auswirkung Hunde auf Frauen haben, die hauptsächlich in Helferberufen wie in der Krankenpflege, der Medizin oder als Pädagoginnen etc. tätig waren. Diese Frauen beschrieben sich selbst als hoch gestresst in ihrem Berufsleben. Den Frauen wurde eine Kopfrechenaufgabe in drei verschiedenen Situationen gestellt. Einmal in Anwesenheit des Experimentleiters, einmal mit dem/der besten Freund*in und einmal mit dem eigenen Hund. Es wurden der Blutdruck, die Hautleitfähigkeit und der Puls gemessen. Frauen die die Rechenaufgabe in Anwesenheit des/der besten Freund*in durchführten, beschrieben ein Gefühl von bedroht sein, wohingegen die Frauen mit dem eigenen Hund sich als herausgefordert beschrieben haben. Letztere konnte die Rechenaufgabe auch signifikant besser lösen als jene mit deren besten Freund*innen.

Die Masterarbeit von Franke hat (2023, S. 56) sechs randomisierte Studien über die Wirksamkeit der tiergestützten Interventionen in der Verhaltenstherapie überprüft. Es konnte gezeigt werden, dass Hunde unterstützend bei der Diagnosefindung genutzt werden können. Die Anwesenheit des Hundes ermöglicht es den Therapeut*innen in eine Beobachter*innenrolle zu gehen und die Verhaltensmuster der Patient*innen in der zwischenmenschlichen Aktion im Hier und Jetzt zu erleben. Durch das sensible

Reagieren des Tieres auch auf nonverbale Signale, wird so die Dynamik viel deutlicher sichtbar und auch direkt ansprechbar. Die Arbeit bezieht sich zwar hauptsächlich auf Verhaltenstherapie bei Kindern und Jugendlichen, dies ist meiner Erfahrung nach aber durchaus auch auf Erwachsene und andere Therapierichtungen umlegbar.

3 *Individualpsychologische Theorie in Verbindung mit der hundegestützten Psychotherapie*

Als individualpsychologisch ausgebildete Psychotherapeutin habe ich bei der hundegestützten Arbeit Alfred Adlers Konzepte wie das Gemeinschaftsgefühl, das Zärtlichkeitsbedürfnis des Kindes, das Macht- und Geltungsstreben, die Finalität, den Lebensstil, das szenische Verstehen, etc. bei meiner Arbeit im Hintergrund. Meiner Erfahrung nach ist der Hund auch ein Übertragungs-/Gegenübertragungsobjekt und kann bei der Mentalisierungsarbeit eingesetzt werden.

Zwei der grundlegenden Theorien der Individualpsychologie sind das Zärtlichkeitsbedürfnis des Kindes und das Gemeinschaftsgefühl. Die nicht als voneinander getrennt betrachtet werden können – im Zärtlichkeitsbedürfnis manifestiert sich die soziale Bezogenheit des Menschen (Sindelar 2011, S. 89).

Adler hat diese als Gegenbewegung zu Freuds Triebtheorie entwickelt. Das Zärtlichkeitsbedürfnis bezieht sich auf ein Objekt, damals hauptsächlich auf die Mutter. Es dient aber auch zur gesellschaftlichen Eingliederung und damit zur Stärkung des Gemeinschaftsgefühls. Um das Zärtlichkeitsbedürfnis befriedigen zu können, muss der Mensch sich der Gemeinschaft und den darin geltenden Regeln unterwerfen (Adler 1908d/2007, S. 79).

Das Gemeinschaftsgefühl ist das sogenannte Gewährwerden der unauflöslchen Bezogenheit zwischen einem Teil (dem Menschen) und einem Ganzen (der Menschheit, Gesellschaft). Also dem Einzelwesen und der Summe aller Wesen. Dies hat eine unauflöslche Wechselwirkung (Stephenson 2011b, S. 71-72). Auch Hunde haben ein intensives Zärtlichkeitsbedürfnis, weswegen sie sich als Co-Therapeut*innen eignen. Dies kann bei Hunden im Rudel beobachtet werden, wo sie gegenseitige Fellpflege betreiben oder sich die Ohren auslecken. Hunde sind ausgezeichnete Beobachter. Wenn das verbale Signal und die Psychomotorik nicht übereinstimmen, reagiert der Hund meist nicht wie gewünscht. Wird er zum Beispiel nach vorne geschickt, der Mensch lehnt sich jedoch mit dem Oberkörper zurück, wird der Hund in der Regel nicht loslaufen (Milch 2024, S. 9-11). Damit kann der/die Therapeut*in bei der Beobachtung von Interaktionen zwischen Patient*in und Hund auf die Mikrosignale aufmerksam gemacht werden. Dies kann dann angesprochen und ins Bewusstsein gebracht werden.

Das Minderwertigkeitsgefühl ist in der Individualpsychologie die treibende Kraft, um sich weiterzuentwickeln, da der Mensch danach trachtet, dieses durch Kompensation auszugleichen. Im Idealfall führt das zu sozialer Gleichheit, im ungünstigsten Fall kommt es zu einer Überkompensation, die bis ins Krankhafte, Pathologische gesteigert werden kann (Rieken 2011a, S. 57).

Wenn eine Beeinträchtigung, psychisch oder physisch, besteht, steigert das das subjektive Minderwertigkeitsgefühl beim Kind, das Anlehnungs- und Zärtlichkeitsbedürfnis, was bis ins hohe Alter anhält (Adler 1910c/2007, S. 105).

Ist das Minderwertigkeitsgefühl zu stark ausgeprägt werden Sicherungstendenzen erhöht und der fiktive Zweck des Lebens wird dogmatischer und verstärkt die den Charakterzügen entsprechenden sekundären Leitlinien. Dadurch ist der neurotische Charakter nicht fähig, sich der Wirklichkeit anzupassen und arbeitet auf ein unerfüllbares Ideal hin. Der damit einhergehende Versuch sich dem erlebten Minderwertigkeitsgefühl zu entledigen kann infolge von inneren Widersprüchen oder an den Schranken der Kultur nur scheitern (Adler 1912a/2008, S. 46).

In der Therapie kann der Hund als Inbegriff des minderwertigen Geschöpfes herangezogen werden. Hunde sind als Haustiere komplett auf uns Menschen angewiesen. Wir bestimmen deren Alltag. Wann geht man Gassi, wann bekommt der Hund das Futter und welches Futter bekommt er, wann wird gespielt, geschlafen etc. Der Hund bietet damit ein Beispiel, dass trotz Minderwertigkeitsgefühlen erlebte Freude und in kleinen Bereichen trotzdem eine eigene Durchsetzbarkeit möglich ist. Hunde können sich trotz des Unvermögens der menschlichen Sprache ausdrücken und mit uns kommunizieren.

Zum Beispiel, wenn der Hund zur Tür blickt, diese vielleicht sogar mit der Pfote anstupst, gibt er uns damit zu verstehen, dass er hinaus möchte (Milch 2024, S. 13 -15). Das Zärtlichkeitsbedürfnis wird durch den Hund automatisch aktiviert, da sie dem Kindchenschema entsprechen. Das Kindchenschema hat sich im Beginn des Tertiär, nach dem Aussterben der Dinosaurier explosionsartig entwickelt. Von blind geborenen, nesthockenden Säugern haben sich diese zu süßen Tierbabies entwickelt, die sich an die Mutter anklammerten und diese frontal ansahen. Damit entwickelte sich bei der Mutter ein ausführlicheres Sorgeverhalten, stärkere Bindung und ein ausgeprägter Beschützerinstinkt. Dies ausgelöst durch große Augen, eine Stupsnase und weitere verniedlichende Merkmale. So entstand eine Wechselwirkung und ein Urvertrauen zwischen Mutter und Kind (Müssig 1997, S. 75). Das Kindchenschema löst in den Bezugspersonen das Zärtlichkeitsbedürfnis aus, was im Setting mit dem Therapiebegleithund durch den Hund hervorgerufen wird. Das Zärtlichkeitsbedürfnis ist von Kindheit an, ein wichtiger Protagonist der psychischen Entwicklung welches getragen ist vom individuellen Leitbild, das sich in frühester Kindheit entwickelt. Das Kind möchte den Eltern gefallen, die Hilfe und die Liebe der Eltern finden. Daraus entwickeln sich auch Bestrebungen zur Selbstständigkeit, Trotz und Auflehnung (Adler 1912a/2008, S. 80-82).

Die Mentalisierung ist bei der hundegestützten Arbeit ein besonders wichtiger Aspekt. Hunde sind hervorragende Beobachter und die aktuelle Forschung geht davon aus, dass sie über eine rudimentäre Form einer Theory of Mind verfügen, da sie Aufgaben zur Perspektivenübernahme lösen (Huber & Leonardo, 2023) sowie ihr Verhalten an die Beobachtungen der Menschen in ihrer Umgebung anpassen (Udell et al., 2011). Andererseits können auch die durch die Körperbewegungen des Hundes zum Ausdruck gebrachten Gefühle auf die Resonanz der Patient*innen stoßen. Dadurch entsteht ein

intersubjektiver Raum, indem der Hund als Dritter von Patient*innen und Therapeut*innen beobachtet und analysiert werden kann. Was der Hund wohl jetzt damit ausdrücken möchte. Das regt einen impliziten und prozeduralen Prozess an, der soziale Verhaltensweisen nicht nur kognitiv, sondern auf evident basierter Ebene erlebbar macht (Milch 2024, S. 13 -15).

Das Mentalisieren erfordert das (An-)erkennen der eigenen Person und die der anderen Personen als mentale und intentionale Entitäten. Die Kenntnis das alle erfüllt sind mit Gedanken, Gefühlen, Wünschen, Ängsten, Erklärungen, Zielvorstellungen etc. Durch dieses Erkennen und Anerkennen wird eine Fähigkeit entwickelt, die eigene und andere Mentalität in einem komplexen Zusammenhang zu bringen und diese zu erfassen und zu verstehen (Stephenson 2011d, S. 108).

Dies wiederum ist bei der Individualpsychologie im Lebensstilkonzept verankert. Die aktuellen Übertragungs- und Gegenübertragungsdynamiken ordnen sich den früheren Erlebnissen unter und werden auch in der Therapie sichtbar. Der Lebensstil ist in allen Äußerungen des/der Patient*innen, sei es verbal oder nonverbal, enthalten (Stephenson 2011a, S. 70). Damit ist er im Hier und Jetzt erlebbar und so auch in der Interaktion mit dem Hund. In der Finalität zeigt sich die Intention des Subjektes im Leben. Welches Ziel mit dem Handeln verfolgt wird, also die Causa finalis. Die Intentionalität hat nicht nur bewusste, sondern auch unbewusste Anteile. Jedes Verhalten und jede Äußerung eines Menschen haben sowohl eine Wirkursache, als auch eine Zielursache. Die Zielursache zeigt damit, was eine Person mit einem Verhalten erreichen möchte (Rieken 2011a, S. 59-61). Die höchste Finalität ergibt sich aus der „vollendeten“ Gemeinschaft, womit ein Zugzwang entsteht gesund zu sein und das Tun auf das Wohl der anderen, also der Gemeinschaft, auszurichten (Stephenson 2011b, S. 71). Wie bereits oben beschrieben, kann durch die hundegestützte Arbeit der/die Psychotherapeut*in einen Schritt zurück machen und die Interaktion im Hier und Jetzt zwischen Patient*in und Hund beobachten. Da in jeder Interaktion die private Logik, das Ziel, der Patient*innen sichtbar wird, wird in dieser Interaktion die Finalität des/der Patient*in deutlicher.

Anhand eines Fallbeispiels und einer Intervention zur Diagnostik möchte ich auf die oben angeführten Konzepte und Arbeitsmethoden im Hundegestützten Setting näher eingehen.

4 Fallbeispiel

Weibliche Patientin, 23 Jahre alt, Diagnose emotional instabile Persönlichkeitsstörung vom Borderlinetyp. Hier Frau Y. genannt.

Die Patientin kommt wegen starker, immer wiederkehrender Suizidgedanken in die Therapie. Im Laufe des Prozesses wird deutlich, dass die Suizidgedanken als Ausweg von unangenehmen Situationen dienen, für die die Patientin auch keine Verantwortung übernehmen möchte. Weiters wird eine deutlich belastete Elternbeziehung sichtbar, die die Patientin nicht klar von sich abgrenzen kann. Moon ist während der Stunden eine wichtige emotionale Stütze, indem Frau Y. immer wieder zu ihm hingehen und

ihn streicheln kann, er hilft der Patientin ihren Gefühlen näher zu kommen, dient als Hilfsobjekt (z.B. welche Identität hat Moon und wie könnte das auf die Patientin übertragen werden) und hilft ihr, sich besser öffnen zu können.

Stundenbeschreibung: Die Patientin kommt zu unserer zweiten Stunde und ist merklich angespannt. Zu diesem Zeitpunkt ist Moon noch nicht Teil unserer Therapie. Die Suizidgedanken seien heute extrem stark und sie könne sich nicht klar davon distanzieren. Eine Paktfähigkeit ist somit nicht gegeben. Die Beziehung ist gerade im Aufbau und schon wird sie wegen einer möglichen Einweisung ins Krankenhaus auf die Probe gestellt. Wir besprechen die Vor- und Nachteile eines Krankenhausaufenthaltes und die möglichen Konsequenzen. Frau Y. kann sich nicht überwinden ins Krankenhaus zu fahren. Durch ein Missgeschick wird Moon Teil des Geschehens. In unserer Gemeinschaftspraxis ist Moon normalerweise in der Küche. Diese ist durch eine Türe abgetrennt. Eine Kollegin aus der Gemeinschaftspraxis hat diese gerade verlassen und vergessen die Türe zu schließen. Als die Patientin und ich gerade in unserer Zwickmühle sitzen, kratzt es leicht an der Türe. Nach Rücksprache mit der Patientin öffne ich die Tür und Moon kommt, fröhlich wie immer, hereingetrabt. Moon ist in der Regel eher stürmisch bei der Begrüßung, dabei aber sehr liebevoll. Sofort läuft er freudig auf die Patientin zu. Als er fast ganz bei ihr ist, stoppt er, die Stimmung offenbar wahrnehmend, ab. Er legt sich vor die Füße der Patientin auf den Rücken und bietet seinen Bauch zum Streicheln an. Die Patientin nimmt das gerne an und plötzlich bemerke ich, dass sich bei ihr Tränen zu lösen beginnen. Moon reagiert ganz direkt darauf. Er verändert seine Position, indem er sich wieder aufrichtet und beginnt, der Patientin vorsichtig die Tränen abzulecken. Das ist für die Patientin völlig in Ordnung. Die ganze Anspannung entlädt sich durch die Anwesenheit und die Interaktion mit Moon. Nach dieser Szene kann sich Frau Y. doch entschließen, zur Abklärung ins Krankenhaus zu fahren.

Die Patientin ist seit mittlerweile 4 Jahren bei mir in Behandlung mit großen Fortschritten. Moon ist seit der zweiten Stunde dabei und das Gesichtablecken ist mittlerweile Teil des Begrüßungsrituals der beiden.

Bei diesem Beispiel wird deutlich sichtbar, was der Therapiebegleithund auslösen kann. Durch das Gegenüber „Hund“ wurde bei der Patientin ein innerer Prozess angestoßen. Moon hat es ihr ermöglicht zu erkennen, dass sie doch Hilfe braucht und diese auch annehmen darf. Das ist immer wieder Thema in unseren Stunden. Ist Frau Y. krank genug, um eine Therapie in Anspruch nehmen zu dürfen, ist sie krank genug, dass es ihr immer wieder so schlecht gehen darf? In dieser Situation hat Moons Reaktion Frau Y. vermittelt, dass es in Ordnung ist, sich eine weitere Hilfe, in Form des Krankenhauses, zu holen.

In der hundegestützten Psychotherapie hat der Hund seinen eigenen Bereich, in dem er reagieren und agieren kann. Damit entstehen unterschiedliche Situationen mit verschiedenen Perspektiven auf ein und dieselbe Thematik (Schüle, Weiler 2024, S.51-52). In der oben beschriebenen Szene kann Moon durch das Zeigen seines Bauches, des für den Hund verletzlichsten Körperteils, bei Frau Y. die Perspektive eröffnen, dass Hilfe anzunehmen eine mögliche Option ist. Moon hat damit komplett und

ungefiltert das Zärtlichkeitsbedürfnis der Patientin befriedigt, wie es in der Form für die Therapeutin nicht möglich ist. Hunde können ungestüme Lebenslust und Freude ausdrücken und gleichzeitig Tröster in der inneren Not sein. Sie agieren als Spiegel und können durch ein Gefühl von tiefer intersubjektiver Verbundenheit den innen gefangenen Emotionen zu einem freien Lauf verhelfen (Ramien 2024, S. 123-124). So ist das auch bei Frau Y. geschehen, besonders als Moon ihr die Tränen vom Gesicht geleckt hat.

Frau Y. war hier in der Dynamik von Lust und Unlust gefangen, welche immer eine Auswirkung auf die Selbstwerterhöhung hat. Lust ist hier einerseits bei Frau Y. krank sein und sich schlecht fühlen zu dürfen, aber es beinhaltet auch die Unlust dann tatsächlich krank zu sein und damit auch die Verantwortung dafür zu übernehmen. Diese Polaritäten von aktiv-passiv bzw. von herangehend und vermeidend sind bei Adler im Aggressionstrieb verankert (Stephenson 2011c, S. 77).

Das Gemeinschaftsgefühl ist ein wichtiger Faktor für die psychische Gesundheit. Der Grundstein dafür wird in der Kindheit mit den primären Bezugspersonen gelegt. Das Gemeinschaftsgefühl ist das Ergebnis davon, dass sich günstige psychische Entwicklungsbewegungen zur Überwindung des Minderwertigkeitsgefühls in einer sozial verträglichen und nützlichen Weise etablieren (Sindelar 2011, S. 89). Bei Frau Y. ist das Gemeinschaftsgefühl eingeschränkt. Dies zeigt sich vor allem dadurch, dass sie gerne von allen gemocht werden will und schwer mit Abweisung umgehen kann. Das stellt eine klassische Überkompensation des Minderwertigkeitsgefühls dar.

Die Symptome entstanden bei Frau Y. rund um die sehr prägende Phase der Beginn der Menstruation. Solche Ereignisse verändern die Einstellung zum Leben und können bei mangelndem Gemeinschaftsgefühl Symptome hervorbringen (Adler 1912a/2008, S. 65). Bei Frau Y. war der Beginn der Symptomatik im 13. Lebensjahr und damit rund um den Beginn der Pubertät. Frau Y. begann sich zu diesem Zeitpunkt von den Eltern zu lösen. Da es hier aber eine angespannte Situation gab, mit übergriffigem Verhalten der Eltern gegenüber der Patientin bzw. einem Vater, der kaum anwesend war, war eine Loslösung nur ungenügend möglich.

Der Therapiebegleithund ist hier ein weiteres Werkzeug, um das Gemeinschaftsgefühl zu fördern. Hunde kooperieren nur, wenn man feinfühlig und klar mit ihnen kommuniziert. Patient*innen erhalten damit ein klares und direktes Feedback und können ihren Zugang anpassen. Auch in der oben genannten Szene wird das erlebbar. Frau Y. fühlt sich von der Gemeinschaft abgeschnitten, kann sich nicht an sie wenden um Hilfe zu bekommen. Moon baut ihr durch seine direkte Reaktion eine Brücke und sie kann sich dazu überwinden, Hilfe anzunehmen.

Neurotische Menschen folgen einer privaten Logik, in der sich das Gefühl der Unsicherheit und Minderwertigkeit zeigt (Adler 1912h/2007, S. 238). Bei Frau Y. zeigt sich dies in ihrer Ambivalenz, ihre Erkrankung anzunehmen, um daran zu arbeiten und darin, die Erkrankung abzuwehren, um das Selbst zu stabilisieren. Wohingegen, wenn sie sich schlecht fühlt, sie mit der Erkrankung einen Grund dafür hat und sie damit diese Gefühle haben darf. Dies bringt sie dann jedoch in eine gefühlte Hilflosigkeit,

welche wiederum die schlechten Gefühle verstärken. Wenn Frau Y. also nicht krank ist, könnte sie etwas tun und wäre dem nicht hilflos ausgeliefert, müsste dafür aber auch die Verantwortung übernehmen. Dies ist aktuell noch Thema unserer Stunden, wohingegen die Suizidgedanken weitgehend verschwunden sind.

5 *Diagnostisches Mittel Hund*

In der Ausbildung zum Therapiebegleithund wird unter anderem gelehrt, wie man den Hund mit unterschiedlichen Tools einsetzen kann. Dabei handelt es sich meist um verschiedenen Spielereien, die die Patient*innen mit dem Hund gemeinsam machen können. Für mich hat sich dadurch eine diagnostische Möglichkeit ergeben. Ein wichtiger Bestandteil, um die Psychodynamik eines/einer Patient*in zu erfassen ist die Mentalisierungsfähigkeit, also die Fähigkeit sich in sich selbst und andere hineinversetzen zu können. In meinen Stunden verwende ich dafür gerne Moon, wenn die Patient*innen einverstanden sind. Hierbei lasse ich die Patient*innen mit Moon eine Spielerei machen. Entweder einen Schnüffelteppich (ein Teppich mit unterschiedlichen Verstecken für Futter) oder ein Intelligenzspielzeug für Hunde, die Moon lösen muss. Während die Patient*innen sich mit Moon beschäftigen, frage ich sie, wie sie Moons Gemütszustand in den unterschiedlichen Momenten einschätzen. Dabei ist es sehr interessant, ob sie Moons Gefühle einschätzen können, oder, was auch oft passiert, ihre eigenen Gedanken und Gefühle in dieser Situation Moon überstülpen. Damit wird er zum Übertragungsobjekt.

Wenn Menschen auf neue, noch fremde Menschen treffen, wird laut Adler Vaihingers Konzept der „Philosophie des Als ob“ spürbar (Vaihinger, 1911). Dieses liefert Adler die philosophische Grundlage für die Annahme, dass menschliches Verhalten nicht von objektiven Wahrheiten, sondern von unbewussten fiktiven und subjektiven Zielvorstellungen geleitet wird, nach denen Menschen handeln, als ob sie real wären. Dies zeigt sich vor allem gegenüber fremden Menschen. Es ist der Versuch, die Realität so gut wie möglich zu erfassen, indem die noch unbekannten Menschen (oder andere Objekte) früheren Bezugspersonen und der Interaktion mit Ihnen zugeordnet werden (Rieken 2011b, S. 204). Damit werden die eigenen Erlebnisse auf die aktuelle Situation übertragen. Da ich Moon natürlich gut kenne, kann ich das beurteilen.

Das auf Alfred Lorenzer zurückzuführende „szenische Verstehen“ kann durch die hundegestützte Arbeit ausgeweitet werden. Im szenischen Verstehen können frühe konflikthafte Beziehungen ergründet und ins Bewusstsein gebracht werden. Da sich diese in den aktuellen Beziehungen bzw. Erlebnissen durch Übertragungs- und Gegenübertragungsgeschehen zeigen, welche sich in der Therapie vor allem auf den/die Therapeut*in richten. Durch die Wechselwirkung zum Sinnganzen werden die Übertragung bzw. Gegenübertragung deutlich, können in der Therapie angesprochen, analysiert und damit resymbolisiert und bearbeitet werden (Wieser 1994, S. 6-7).

Gerne wiederhole ich die Übung nach einiger Zeit nochmal, um rasch und gezielt den aktuellen Stand ableiten zu können.

Eine wichtige Überlegung ist auch, wann und wie der Hund in der Therapie eingesetzt wird. Die Individualpsychologie ist durchaus von Psychotherapeut*innen gekennzeichnet, die die therapeutische Abstinenz leben, um damit dem Übertragungsgeschehen mehr Raum zu geben. Durch den Einsatz eines Hundes kann diese aufgebrochen werden. Die Patient*innen erleben die Psychotherapeut*innen auch in Beziehung zu einem ihnen wichtigen Bezugsobjekt. Damit wird automatisch mehr von der Persönlichkeit und der eigenen Psychodynamik sichtbar.

Für Patient*innen kann es jedoch ein wichtiges Korrektiv werden. Wenn sich der Hund einmal nicht so verhält wie gewünscht, er z.B. die Mütze vom Kopf zupft, während sich der/die Psychotherapeut*in die Schuhe anzieht und damit losläuft. Dies ist zwar ärgerlich, aber nicht tragisch. Patient*innen können dann erleben, dass ein fehlgeleitetes Verhalten nicht gleich zu einer Strafe führt. Oder aber der Hund begrüßt, verabschiedet eine/n Patient*in trotz Aufforderung nicht, oder befolgt ein gegebenes Signal nicht. Das kann Menschen, die ein Abgrenzungsproblem haben ermutigen, auf die eigenen Grenzen stärker zu achten (Milch 2024. S. 14).

Natürlich ist es wichtig, auch in diesen Situationen immer das Wohl der Patient*innen im Blick zu haben. Die Frage ist immer: ist eine Offenbarung für den/die Patient*in hilfreich? Mittlerweile ist erwiesen, dass die Realbeziehung zwischen Psychotherapeut*in und Patient*in ein großer Wirkfaktor in der Psychotherapie ist. Eine Selbstenthüllung, bei der situationsgebundene Gefühle offenbart werden, helfen mehr Authentizität in der Therapiesituation zu etablieren und auch Gegenübertragungsgefühle, nach vorheriger Reflexion, sind ein wichtiger Hinweis für Patient*innen und können in der Therapie aufgegriffen und mit früheren Erlebnissen verknüpft werden (Rieken 2011b, S. 214). Mit einem Hund im Therapiesetting kommt es unweigerlich zu Selbstenthüllungen, da dieser nicht „kontrollierbar“ ist und damit Reaktionen sowohl von Patient*in als auch Therapeut*in provoziert. Wichtig ist dabei auch immer das Wohl des Hundes im Blick zu behalten. Auf die Stresssignale zu achten und bei Bedarf diesen auch aus dem Therapieraum zu bringen.

6 Zusammenfassung

Die individualpsychologische Theorie lässt sich sehr gut mit der hundegestützten Arbeit in Einklang bringen und hilft in der Arbeit mit Patient*innen für einen zusätzlichen Erkenntnisgewinn. Wie gezeigt wurde, bringt der Hund nur durch seine Anwesenheit einen positiven Effekt in unterschiedlichsten Settings (Arbeit, Experiment, Therapie). In der Therapie selbst können Therapiebegleithunde die Motivation fördern, eine Brücke zum/zur Psychotherapeut*in sein und die Offenheit und Aufnahmebereitschaft steigern. Selbst bei schwierigen Aufgaben haben Hunde einen positiven Effekt auf die Menschen, wie die Studie von Allen et al. (1991) gezeigt hat. Somit kann der Hund auch bei schwierigen

Situationen in der Psychotherapie eine Stütze für die Patient*innen sein und einen stabilisierenden Effekt haben.

Das Zärtlichkeitsbedürfnis und Gemeinschaftsgefühl ist durch den Hund im Therapiesetting bearbeit- und förderbar. Der Hund kann als Komplize aber auch als Konkurrenz betrachtet werden. Damit zeigt sich in der Interaktion mit dem Hund auch das Macht- und Geltungsstreben des/der Patient*in. Besonders interessant ist hier der Aspekt, dass Hunde auf die kleinsten Mikrobewegungen reagieren und dann vielleicht etwas nicht ausführen, was der/die Patient*in gerade möchte. Diese Fehlleistung kann direkt aufgegriffen und besprochen werden.

Das zentrale Minderwertigkeitsgefühl ist durch den Hund im Prozess darstellbar. Hunde sind komplett auf uns angewiesen und können trotzdem ihre eigenen kleinen Freiheiten nutzen und durchsetzen. Dies kann als korrekatives Beispiel für die Patient*innen herangezogen werden.

Durch die Miteinbeziehung des Hundes können Prozesse angestoßen werden, die die Mentalisierungsfähigkeit der Patient*innen fördern. Hunde können sich nur durch Blicke und Gesten verstanden und treten so mit uns Menschen in Kommunikation. Das ist eine weitere Möglichkeit, bei der Patient*innen von den Therapiehunden lernen können.

In vielen Situationen ist es leichter, durch die Distanz zu einem Dritten (dem Hund) schwierige Themen anzusprechen und vorübergehend auszulagern, bis sie selbst erarbeitet werden können. Alleine die Anwesenheit von Hunden im psychotherapeutischen Setting kann Patient*innen beruhigen und die Therapiemotivation steigern.

In der hundegestützten Arbeit wird es dem/der Psychotherapeut*in ermöglicht, sich auf eine Beobachtungsrolle zurückzuziehen und die Interaktion von Patient*in und Hund durch eine distanzierte Position zu erfassen. Hierbei können auch Rückschlüsse auf den Lebensstil und die Finalität des/der Patient*in gezogen werden. Die Übertragungs- und Gegenübertragungsdynamiken können durch den Hund ausgelöst und damit im Prozess weiterbearbeitet und ins Bewusstsein gehoben werden.

Wie das Fallbeispiel gezeigt hat, kann durch den Therapiebegleithund ein Impuls ausgelöst werden, der den Patient*innen schwierige Entscheidungen erleichtert und es können Situationen entschärft werden. Ohne Moon hätten wir die Situation, in der sich die Patientin zuerst nicht entschließen konnte ins Krankenhaus zu fahren, mit Sicherheit nicht so schnell auflösen können.

Eine weitere Möglichkeit den Therapiebegleithund in der Psychotherapie zu nutzen, ist in der Diagnosefindung. Der/die Psychotherapeut*in kann sich auf eine Beobachter*innenrolle zurückziehen und das Geschehen im Hier und Jetzt von einer Distanz beobachten und damit schneller zu einem Ergebnis kommen. Dies lässt sich während des Prozesses immer wieder einbauen, um den aktuellen Stand zu prüfen.

Es ist immer abzuwägen, ob die Einbeziehung des Therapiebegleithundes für den/die Patient*in hilfreich ist und ein Einverständnis dafür ist unbedingt vorab einzuholen. Weiters ist eine fundierte Ausbildung des Hundes und der*des Hundeführer*in nötig. Dabei geht es nicht nur um den Sicherheitsaspekt, da Hunde vor der Zulassung zur Ausbildung auf ihr Wesen hin getestet werden, sondern als Mensch lernt man in der Ausbildung viel über die Sprache der Hunde. Denn auch auf die Bedürfnisse des Therapiebegleithundes ist unbedingt Rücksicht zu nehmen. Wenn ich in einer Stunde merke, dass es Moon zu viel wird, darf er jederzeit den Therapieraum verlassen und sich auf seinen geschützten Platz zurückziehen. Auch, wenn ihm das Streicheln zuviel wird, darf er sich jederzeit entziehen. Die Grenzen des Hundes müssen gewahrt werden. Auch dies ist ein wichtiger Aspekt für Patient*innen, die sehen, dass im Therapiesetting die Grenzen aller Beteiligten (Therapeut*in, Patient*in, Therapiebegleithund) gewahrt und respektiert werden.

Das Feld der hundegestützten Psychotherapie, speziell im Spiegel der Individualpsychologie, bietet noch ein weites Forschungsfeld, welches bisher noch kaum berücksichtigt wurde.

Literatur

- Adler, Alfred (1908d/2007). Das Zärtlichkeitsbedürfnis des Kindes. In Almuth Bruder-Bezzel (Hrsg.), *Persönlichkeit und neurotische Entwicklung. Frühe Schriften (1904–1912). Alfred Adler Studienausgabe, Bd. 1* (S. 77–81). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1910c/2007). Der psychische Hermaphroditismus im Leben und in der Neurose. In Almuth Bruder-Bezzel (Hrsg.), *Persönlichkeit und neurotische Entwicklung. Frühe Schriften (1904–1912). Alfred Adler Studienausgabe, Bd. 1* (S. 103–113). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1912a/2008). Über den nervösen Charakter. In Karl Heinz Witte, Almuth Bruder-Bezzel & Rolf Kühn (Hrsg.), *Über den nervösen Charakter. Alfred Adler Studienausgabe, Bd. 2*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Adler, Alfred (1912h/2007). Das organische Substrat der Psychoneurose. In Almuth Bruder-Bezzel (Hrsg.), *Persönlichkeit und neurotische Entwicklung. Frühe Schriften (1904–1912). Alfred Adler Studienausgabe, Bd. 1* (S. 237–249). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Allen, Karen M., Blascovich, Jim, Tomaka, Joe, & Kelsey, Robert M. (1991). Presence of human friends and pet dogs as moderators of autonomic responses to stress in women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 589–682.
- Franke, Madlen (2023). Die Bedeutung des Hundes als Co-Therapeut in der Psychotherapie. Wirkungsanalyse zur Integration von hundegestützten Interventionen in der Psychotherapeutischen Praxis bei Kindern und Jugendlichen. (unveröffentlichte Masterarbeit, soziale Arbeit). Hochschule Mittweida, University of Applied Sciences, Mittweida.

- Ganser, Gerd (2017). *Hundegestützte Psychotherapie. Einbindung eines Hundes in die psychotherapeutische Praxis*. 2. Nachdruck 2022. Stuttgart: J.G. Cotta'sche Buchhandlung.
- Hall, Sophie S., Mills Daniel S. (2019). <https://www.frontiersin.org/journals/veterinary-science/articles/10.3389/fvets.2019.00138/full> (abgerufen: 03.01.2025/ 14:22 Uhr)
- HABRI (2014–2018): <https://habri.org/assets/uploads/AAI-Definitions-FINAL.pdf> (abgerufen: 04.09.2025/12:8/ Uhr)
- Huber, Ludwig, & Lonardo, Lucrezia (2023). Canine perspective-taking. *Animal Cognition*, 26, 275 - 298. <https://doi.org/10.1007/s10071-022-01736-z>.
- Huß, Emma & Seemüller, Florian (2022). Tiergestützte Therapie in Psychiatrie und Psychotherapie. *InFo Neurologie + Psychiatrie, Volume 24*(Issue 12), 41–49.
- Milch, Wolfgang (2024). Einführung. In: *Tiergestützte psychodynamische Psychotherapie. Mensch-Tier-Beziehungen: Freunde fürs Leben* (S. 9–15). Hg. von Wolfgang Milch, Hans-Peter Hartmann. Frankfurt: Brandes & Apsel.
- Müssig, Roland (1997). Mutterschema, Rivalenschema und entogenetische Regel. Die drei Phasen der pränatalen psychischen Entwicklung von Stimmungen, der Vorform der inneren Objekte und einiger Persönlichkeitsstörungen. In: *Int. J. Prenatal and Perinatal Psychology and Medicine Vol. 9 (1997) No. 1*, S. 65–87
- Ramien, Gabriela (2024). Die Sehnsucht nach Verbundenheit und wie Psychotherapie mit Pferden hilft. In: *Tiergestützte psychodynamische Psychotherapie. Mensch-Tier-Beziehungen: Freunde fürs Leben* (S. 117–148). Hg. von Wolfgang Milch, Hans-Peter Hartmann. Frankfurt: Brandes & Apsel.
- Rieken, Bernd (2011a). Das Minderwertigkeitsgefühl und seine Kompensation. In: *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik, Gesellschaft* (S. 57–61). Hg. von Bernd Rieken, Brigitte Sindelar und Thomas Stephenson. Wien: Springer.
- Rieken, Bernd (2011b). Die therapeutische Beziehung. In: *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik, Gesellschaft* (S. 203–219). Hg. von Bernd Rieken, Brigitte Sindelar und Thomas Stephenson. Wien: Springer.
- Schüle, Thorsten, Weiler, Margarete (2024). Das Wikkegaard-Konzept „... und wenn das Gegenüber ein Hund ist?!“ Das Pferd als lebendiges Medium in der Psychotherapie. In: *Tiergestützte psychodynamische Psychotherapie. Mensch-Tier-Beziehungen: Freunde fürs Leben* (S. 47–65). Hg. von Wolfgang Milch, Hans-Peter Hartmann. Frankfurt: Brandes & Apsel.
- Sindelar, Brigitte (2011). Kriterien psychischer Gesundheit. In: *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik, Gesellschaft* (S. 87–95). Hg. von Bernd Rieken, Brigitte Sindelar und Thomas Stephenson. Wien: Springer.
- Stephenson, Thomas (2011a). Lebensstil, Lebensstilanalyse und tendenziöse Apperzeption. In: *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik, Gesellschaft* (S. 64–70). Hg. von Bernd Rieken, Brigitte Sindelar und Thomas Stephenson. Wien: Springer.

- Stephenson, Thomas (2011b). Individualität und Gemeinschaft: Gemeinschaftsgefühl als Bindeglied. In: *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik, Gesellschaft* (S. 71–72). Hg. von Bernd Rieken, Brigitte Sindelar und Thomas Stephenson. Wien: Springer.
- Stephenson, Thomas (2011c). Ambivalenz, Konflikt, Mehrdeutigkeit, Paradoxie. In: *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik, Gesellschaft* (S. 72–87). Hg. von Bernd Rieken, Brigitte Sindelar und Thomas Stephenson. Wien: Springer.
- Stephenson, Thomas (2011d). Individualpsychologische Entwicklungstheorie und Krankheitslehre. In: *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik, Gesellschaft* (S. 101–155). Hg. von Bernd Rieken, Brigitte Sindelar und Thomas Stephenson. Wien: Springer.
- Udell, Monique, Dorey, Nicole, & Wynne, Clive (2011). Can your dog read your mind? Understanding the causes of canine perspective taking. *Learning & Behavior*, 39, 289-302.
<https://doi.org/10.3758/s13420-011-0034-6>.
- Vaihinger, Hans (1911). *Die Philosophie des Als Ob: System der theoretischen, praktischen und religiösen Fiktionen der Menschheit auf Grund eines idealistischen Positivismus*. Berlin: Reuther&Reichard.
- Wieser, Michael (1994). Szenisches Verstehen. Ein erster theoretischer Erkundungsversuch. In: *Psychotherapie Forum* 2, 1994, 6–19

Autorin

Mag.a Sabine Groiss, MBA BA pth

Mail: groiss@praxis-pikralida.at

Altstadt 22

4020 Linz

Geb. 1986 in Linz, Studium der Psychotherapiewissenschaften, Individualpsychologie Ausbildungen in Traumatherapie, zur Therapiebegleithundeführerin. Psychotherapeutin in freier Praxis, sowie als Gruppenführende Psychotherapeutin im BBRZ Med, Zentrum für seelische Gesundheit.