



Dipl.-Psychologin, Dipl.-Heilpädagogin

## **Cordula Neuhaus**

Psych. Psychotherapeutin  
Kinder- und Jugendpsychotherapeutin  
Verhaltenstherapeutin  
Supervisorin  
Dozentin  
Lehrtherapeutin

Alleestraße 29, 73730 Esslingen  
Telefon: 0711/36 70 14  
Fax: 0711/36 78 73

---

Esslingen, den 26. Januar 2015

## **Tiergestützte Therapie**

### **1. Was ist tiergestützte Therapie bei ADHS?**

Reizoffen und reizfilterschwach nehmen Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit ADHS viel mehr wahr als Nichtbetroffene. Die „Unaufmerksamkeit“ entspricht – wie man heute weiß – viel mehr der Tatsache, dass sie nur sehr schwer Wesentliches von Unwesentlichem unterscheiden können und entsprechend auch keine Prioritäten setzen.

Sie können mangels Ausreifung der sogenannten „Ausführungsfunktionen“ im Stirnhirn nur spontan entscheiden, nicht wie Nichtbetroffene ab dem 6. Lebensjahr überlegt und abgewogen.

Da sie daneben ihren Gefühlen regelrecht ausgeliefert sind, sich ihr hinteres Aufmerksamkeitssystem bei negativer Interaktion und Kommunikation regelrecht „abschaltet“, können sie nicht ausreichend aus Erfahrungen lernen, entwickeln kein Gefühl für Zeit und Zeitverlauf.

Entsprechend brauchen Betroffene mit ADHS in neuen Situationen länger, um sich orientieren zu können.

Entsprechend sind sie rasch in einer neuen Situation kognitiv und emotional überlastet, was verunsichernd wirkt und viel Energie kostet.

Es ist enorm, was mittlerweile zu ADHS international seriös beforscht ist. So besteht keinerlei Zweifel mehr, dass ADHS genetisch bedingt ist, „durch die Familien läuft“.

Als man früher noch nicht wusste, was in der „black box“ des ADHS-Gehirns abläuft, reagierte man vor allem auf die beobachtbare Symptomatik – und verlangte z. B., dass sich die Kinder anzupassen hätten, sich entsprechend „anstrengen sollten“ so zu reagieren/funktionieren wie Nichtbetroffene.

Inzwischen weiß man, dass ADHS in unterschiedlichen Ausprägungsgraden auftritt und keinesfalls einer „Willensschwäche“ entspricht!

U.a. bewirkt die Dysregulation der Botenstoffe Dopamin und Noradrenalin, dass kontextabhängig die Stimmung rasch „kippt“, zumal rein emotional oft vorschnell etwas bewertet wird, Informationen entsprechend gar nicht vollständig aufgenommen werden können. Eine zunehmend „vernunftgeleitete“ Selbst- und Handlungssteuerung im Sinne einer „Top-Down-Regulierung“ entsteht nicht. Vor allem Kinder und Jugendliche mit ADHS reagieren eher instinktiv, „bottom-up-reguliert“.

*„Das Beste an Tieren ist, dass sie nicht so viel reden“*

Thornton Wilder



Niemand ist so abhängig von der Art und Weise, wie man mit ihnen kommuniziert, wie Betroffene mit ADHS jeden Alters, mit und ohne Komorbiditäten.

Stimmt die „Chemie“ mit einem Gegenüber, klappt alles – wenn nicht, dann nicht.

Die „Chemie“ stimmt in aller Regel bei Kindern schon ab dem Vorschulalter bei Tieren, wie v.a. Hunden und Katzen, z. T. auch bei Pferden, Eseln und Ziegen

„Instinktiv“ erfolgt ein gegenseitiges „Abchecken“ mit eventuell freundlicher wortloser Berührung bei der Begrüßung.

Speziell Hunde zeigen ihre Freude direkt durch Schwanzwedeln – ein ausreichend starker positiver Reiz speziell für Kinder mit ADHS (die sich dadurch sofort angenommen und willkommen fühlen)

Beim Streicheln eines Tieres reagiert das neuroendokrine System mit ausschütten stressreduzierender Hormone, wie  $\beta$ -Endorphine, Dopamin, Oxytocin, mit Senkung des Cortisols (Odendaal 2000 „animal assisted therapy – magic or medicine?“), was u.a. die bei ADHS rasch auftretende Unsicherheit reduziert („markiert“ durch impulsives, unruhiges Verhalten).

Tiere kommunizieren v.a. über Körpersprache, direkt, eindeutig, überfordern ihr Gegenüber nicht verbal-kognitiv. Hund u.a. „verstehen“ Menschen, imitieren sie z.T.

Personen, die Tiere besitzen und kompetent mit ihnen umgehen, werden als „attraktiv“ und vertrauenswürdig eingeschätzt – Zutrauen zu einer Person zu entwickeln, der man dann auch vertrauen kann, gibt Kindern und Jugendlichen mit ADHS genau die Sicherheit, die sie zur Orientierung brauchen (so stellte B. Levinson 1962 fest, dass ein Tier Katalysator für menschliche Interaktionen sein kann).

Hilfsbereit und ausgesprochen rasch und verantwortungsvoll reagierend, ist niemand so präsent wie ein Kind, Jugendlicher mit ADHS, wenn es einem Tier nicht gut geht. Sie bleiben dann ausdauernd „am Ball“, bis die Gefahr vorüber ist.

Kinder/Jugendliche mit ADHS registrieren mehr als andere, v.a. alles Ungewöhnliche, spüren daher für das Tier Gefahr schon im Voraus – und können es selbstbestimmt schützen – eine fantastische Selbstwirksamkeitsempfindung.

Ein Tier ist und bleibt ein vertrauensvoller, enger Freund, ohne Rivalisierungstendenzen, egal was passiert, ist im Gegenzug sogar sehr präsent, wenn's dem Menschen nicht gut geht.

In einer Tiergestützten Therapie wird im Team vom Therapeuten das Tier als „Partner“ eingesetzt, was voraussetzt, dass der Mensch das Tier sehr gut kennt und beide gut ausgebildet sind (so wie das Tier gut gehalten wird).

Voraussetzung für den Einsatz eines Tieres in der Therapie sind profundes Wissen des Therapeuten über ADHS und die entsprechende Funktionssteuerung – ebenso wie über Anatomie, Physiologie, Bewegungsbilder, Körpersprache und Signale des Tieres, Gesundheit des Tieres, rechtliche Grundlagen.

Daneben müssen beide gut ausgebildet sein im Umgang miteinander.

Man unterscheidet tiergestütztes Handeln im Sinn von Interaktionen zwischen Mensch und Tier ohne spezifische therapeutische Zielsetzung (z.B. gemeinsames Spazierengehen oder z.B. ist der Hund nur dabei/anwesend) von tiergestützter Therapie, bei der spezifische Ziele festgelegt werden (es wird gern von einem „Behandlungsplan“ gesprochen, was aber bei Kindern/Jugendlichen mit ADHS so nicht funktioniert – sinnvollerweise werden Übungen flexibel eingesetzt).

Natürlich gibt es bei der Arbeit mit Tieren Risiken wie Infektionen, Unfallgefahren sowie die Gefahr, dass Allergien ausgelöst oder verschlimmert werden. Hält man allerdings die Hygieneregeln ein und lässt das Tier regelmäßig tierärztlich untersuchen/versorgen,



überwiegt der positive Effekt, weshalb Tiere unter definierten Bedingungen in Pflegeeinrichtungen und Krankenhäusern zugelassen sind.

Tiergestützte Therapie ist ein ergänzendes Modul, um Kinder/Jugendliche mit ADHS zu erreichen, die zusätzliche Schwierigkeiten haben oder deren Symptomatik sehr stark ausgeprägt ist (allerdings nicht primär aggressiv).

So zeigte sich im Modellprojekt „Jim Knopf“ (Evaluation der Wirksamkeit von Reittherapie bei Kindern mit ADHS und/oder einer Störung des Sozialverhaltens) die Reittherapie ebenso wirksam wie Erlebnispädagogik – v.a. mit Verbesserungen bezüglich des oppositionellen Verhaltens (Abschlussbericht TU Braunschweig 2012).

Tiergestützte Therapie ist einer der besten Ansätze, Kinder/Jugendliche mit ADHS emotional-kommunikativ zu erreichen, wenn man beide engagiert, sehr präsent und kompetent anleitet.

Tiere stellen einen dauerhaften „positiven“ Reiz dar, der bei ADHS die Aufmerksamkeit aufrecht erhält. Entsprechend ist die Leistungsfähigkeit gegeben, eine emotionale Stabilisierung setzt ein, eine regelrechte Fähigkeit, nonverbale Kommunikation zu entschlüsseln ebenso!

Die Motivation bei den Kindern für solche Ansätze ist am höchsten (Katcher, 1991) im Vergleich zu anderen Behandlungsansätzen – mit deutlicher Zunahme der Kooperation mit Sensibilisierung für andere, verbesserter Konzentrations- und Durchhaltefähigkeit und dramatischer Abnahme von „Ausrastern“ und Aggression (so auch festgestellt in 10 ½ Jahren „Mini-Notschule“ in Esslingen, 2000-2010 an 147 Kindern und Jugendlichen)

## **2. Was sind Ziele der tiergestützten Therapie (bei welcher Symptomatik ist es sinnvoll tiergestützte Therapie einzusetzen)?**

Tiergestützte Therapie ist sinnvoll einsetzbar ab dem 6. Lebensjahr (CAVE: sehr kleine Kinder und Vorschulkinder, die sehr impulsiv und unruhig sind, sind oft auch sehr laut, zu ruppig, „strubbeln“ Tiere mehr als sie zu streicheln)

*Bezüglich der Unaufmerksamkeit ergeben sich folgende Übungen:*

- Beim Füttern und Versorgen gibt es klare Regeln, die das Kind vor der Durchführung sagt/sich auch seriell merkt, was es natürlich mit seinen Worten ausdrücken darf (hierfür können zunächst auch Visualisierungshilfen eingesetzt werden, z.B. Fotografien des Ablaufs)
- In der Regel wird ganz und vollständig abgearbeitet – das Kind ist in aller Regel emotional im Kontakt mit einem Tier, positiv gestimmt (dadurch in der Lage bei eingeschaltetem hinteren Aufmerksamkeitssystem dranzubleiben) mit entsprechenden Erfolgserlebnissen, kann unter Umständen danach auch berichten, was es gerade gearbeitet hat.
- Es werden dabei Details beachtet – hier profitieren Kinder und Jugendliche mit ADHS sehr, da sie sofort Ungewöhnliches bemerken und rückmelden, eventuell eine Wunde des Tieres, eine merkwürdige Verhaltensweise, ein tränendes Auge, etc.



#### *Bezüglich der Impulsivität/Hyperaktivität:*

- Das Berühren der Tiere beruhigt, entspannt (Reduktion des Stresshormonspiegels)
- Durch die Interaktion v.a. mit Hund und Pferd wird die motorische Koordination und die Feinmotorik gefördert
- Man erschreckt Tiere nicht, nähert sich ihnen langsam und vorsichtig. Beim Pferd benötigt man Impulskontrolle beim nachfolgenden Satteln, Besteigen, reiten an sich und dem Absteigen sowie dem Absatteln. Beim Hund lernt das Kind „automatisch“, dass sich Unruhe und Impulsivität „widerspiegelt“.

#### *Bezüglich der emotionalen Labilität:*

- Die Frustrationstoleranz vergrößert sich sofort, da Kinder Tiere nicht frustrieren wollen und umgekehrt.
- Eine Jugendliche: „von kleinen Kindern und Tieren bekommt man genau das wieder, was man an Liebe hineinsteckt!“.
- Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit ADHS spüren genauso wie Tiere, ob man sie mag und ob man ihnen gewachsen ist.
- Ein Tier kann helfen, an z.B. schwierige Sachen oder Situationen heranzugehen.
- Tiere fordern ein: sei freundlich, Slow-down, achte auf das Wesentliche, freue dich, entsprechend entspannen Menschen mit ADHS.

#### *Allgemein:*

- Der positive Umgang mit Tieren aktiviert und steigert die Konzentrations-, Lern- und Leistungsfähigkeit
- erhöht sich (unter guter Anleitung) rasch das Selbstwirksamkeitsempfinden mit vermehrt selbständigen Aktionen → Stärkung des Selbstwertgefühls und des „Selbstbewusstseins“ (auch die Selbstwahrnehmung)
- befriedigt das typische ausgeprägte Bedürfnis nach Zuwendung und selbstbestimmter Nähe (z.T. Auch Spiel)
- fördert die kommunikative Kompetenz (und Tiere darf man nicht beschimpfen!)
- willentlich kompensierende Strategien (Abwarten, bis man an der Reihe ist, oder bis der Hund den apportierten Gegenstand wieder gebracht hat) gehen leichter in den Transfer (zur Verbesserung der sozialen Integration)

### **3. Bei welchem Komorbiditäten ist es sinnvoll, bei welchen nicht?**

Tiere verbessern die Motivation von allen Kindern, Jugendlichen und meistens auch deren Eltern in der Therapie.



Tiergestützte Therapie ist indiziert bei ängstlich-irritierter Verstimmung bis hin zur Traumatisierung, bei den typischen reaktiven verzweifelt-depressiven Verstimmungen, bei Essstörungen, aber auch bei oppositionellem Trotzverhalten und v.a. bei überformten autistoiden Störungen bis hin zum Asperger-Autismus (!).

CAVE: Kinder und Jugendliche mit ADHS und schwerer Störung des Sozialverhaltens dürfen nicht tiergestützt therapiert werden, da sie sofort grausam zum Tier werden können.

CAVE: Man darf nie ein Kind zum Tier „zwingen“ (die Kinder werden in aller Regel regelrecht vom Tier angezogen). Tierphobien bei ADHS sind erfreulich schnell abbaubar, wenn der Therapeut ruhig, gut vorbereitet, souverän als Modell arbeitend.

#### **4. Was wird genau gemacht?**

Das generelle Vorgehen in jedweder sinnvollen Tiergestützten Therapie mit Kindern und Jugendlichen mit ADHS ist verhaltenstherapeutisch ausgerichtet.

##### **a) mit dem Hund**

Dem Kind/Jugendlichen wird die Körpersprache, die Signale, das Verhalten und die Reaktionsweisen des Hundes erklärt. Beim Hund ist (wie beim Kind/Jugendlichen mit ADHS!) jede Anstrengungsbereitschaft sofort zu verstärken!

In der 1:1 Situation wird nach klarsten Regeln gespielt (apportiert, geklettert, balanciert, etc.), wobei dem Kind/Jugendlichen „gelenkt“ allmählich die Führung überlassen wird.

In der Gruppe assistiert der Hund eher vermittelnd – wobei sehr darauf geachtet werden muss, dass ein Hund nicht überfordert wird. Er braucht seine Ruhezeiten!

(Man ist vorsichtig und leise, damit sich der Hund nicht erschreckt!) Jemand, der seine Aufmerksamkeit zwischen Kind und Tier teilen kann, sehr tiergesundheitsbewusst ist, muss also „doppelaktiviert“ sein.

Bei manchen sehr verunsicherten, aus irgend einem Grund auch traumatisierten Kindern wird der Hund zunächst in einer tiergestützten Aktivität „eingeführt“ mit „schlichtem“ Spazierengehen, wenn der Therapeut dabei nicht versucht, das Kind auszufragen! Ein Reden nur über das, was gerade abläuft – und den Hund, ermöglicht oft eine gute Kontaktaufnahme.

##### **b) mit dem Pferd**

Auch beim Pferd wird erst viel Wissen über sein Empfinden und seine Reaktionen vermittelt. Hier ist noch mehr auf ein sich vorsichtig – langsames Annähern zu achten, aber entschiedenes Handling beim Putzen, Führen, Aufsatteln, Reiten, etc.. das Pferd wird (zuerst geführt) geritten, z.T. wird auf ihm auch geturnt, werden Entspannungsübungen durchgeführt, Übungen zur Körperspannung (was sich meist von selbst ergibt!)

Es sollte sinnvollerweise immer dasselbe Tier sein, mit dem ein Kind arbeiten kann.

Es ist erwiesen, dass internale und externale, rhythmische, gelenkte und sich wiederholende sensomotorische Aktivität die Aktivierung der Vigilanz und der Aufmerksamkeit stimuliert/reguliert, ergänzt durch das Selbstwirksamkeitsempfinden eines Kindes/Jugendlichen mit ADHS: es wird von Problemkind zum aktiven und effektiven „Versorger“.



## **5. Wer kann tiergestützte Therapie bei ADHS durchführen?**

Es gibt keine bundesweit anerkannte Qualifikationen/Leitlinien für Tiergestützte Therapie generell. Das Angebot ist gemischt und bunt – aber es gibt Erfahrungswerte.

Jemand, der Erfahrung in der Haltung mit Tieren hat, entsprechende seriöse Kurse/Schulungen absolviert hat (keinesfalls Ansätze gelernt hat, wobei man ein Tier mit Strafreizen zu erziehen versucht!)

- und jemand gleichzeitig, der profunde Kenntnis von Wahrnehmungs- und Reaktionsstil bei ADHS hat – mit funktionellem Verstehen der Symptomatik, auch der Dysregulation der autonomen Selbststeuerung (vgl. Punkt 1), der Basismotive bei ADHS. (über diese allein „Bescheid“ zu wissen, reicht nicht aus!)

Kinder und Jugendliche mit ADHS sind „eingeschaltet, präsent, wach und aufnahmefähig“ wenn sie

- Erster, Bester, Sieger, Gewinner sein können
- „Chef“ im Sinn der Ausführung einer spezifischen Kompetenz (bei den typischen ausgeprägten Autonomiebestreben)
- Retter, Helfer in der Not
- in einem subjektiv interessanten Tätigkeitsfeld
- bei Anerkennung durch Peers

## **6. Wie schnell stellen sich Erfolge ein, wie nachhaltig sind diese?**

Je besser Kind/Tier/Therapeut „passen“, desto schneller stellen sich Erfolge wie Impulskontrolle und/oder verbesserte Regeleinhaltung ein. Die Person des Therapeuten sowie seine Art, mit dem Kind/Jugendlichen zu kommunizieren, sind entscheidend für die Nachhaltigkeit der Erfolge.

## **7. Wie lange sollte so eine Therapie dauern/durchgeführt werden?**

Die Dauer ist abhängig vom individuellen Fall und dessen „Rahmenbedingungen“. Oft ist es sinnvoll, dass eine tiergestützte Maßnahme in die Haltung eines eigenen Tieres übergeht.

49% der Kinder/Jugendlichen sehen im Tier den verlässlichsten Freund, 85% sprechen mit ihm, vertrauen ihm Geheimnisse an.

## **8. Welche Tiere eignen sich für die tiergestützte Therapie – welche Tiere eignen sich nicht?**

Es eignen sich Tiere, die sich gern berühren lassen (Hunde, die intelligent, robust, wachsam, treu, sehr gelehrig, liebevoll sind (Tibeterrier, Yorkshire Terrier), Hütehunde, Pferde wie Island-Ponys oder Haflinger), unter bestimmten Bedingungen Esel, Ziegen, Alpakas – weniger Katzen, Kaninchen, Hühner. Nicht geeignet sind Reptilien, Fische, Vögel, Vogelspinnen, etc.



	geeignet für tiergestützte Therapie	geeignet für tiergestütztes Handeln	geeignet als Haustier
Hunde	+	+	+
Pferde	+	+	(+)
Esel	(+)	+	(+)
Ziegen		+	(+)
Alpakas	+	+	(+)
Katzen		+	+
Kaninchen		+	+
Hühner		+	+

### **9. Auf was ist zu achten, wenn ein Kind/Jugendlicher mit ADHS nun selbst ein Tier haben möchte?**

Auf klarste Regeln und Strukturen ist zu achten (die unbedingt auch einzuhalten sind!).

Viele Eltern scheuen sich davor, ein Haustier anzuschaffen, da sie überzeugt sind, früher oder später hänge alle damit verbundene Arbeit an ihnen.

Dies ist nicht der Fall, wenn hier wirklich konsequent im Sinne von „Liebevoller Sturheit“ praktiziert wird, keine Diskussionen geführt werden!

Achtung: eine einmal gemachte (und für das Kind subjektiv erwünschte) Ausnahmegenehmigung wie „Nein, heute brauchst Du mal nicht mit dem Hund Gassi zu gehen!“ wird sofort Anlass, so lange zu diskutieren, bis man dies wieder geschafft hat (wenn man z.B. bei Regen einfach keine Lust hat...)

Verantwortlichkeiten sind zu klären, aber es ist meist nicht zu verhindern, dass v.a. das Kind zusammen mit dem Hund im Bett schläft, da es sicher ist, er weiß, wie es ihm geht – und vice versa! Dennoch wird der Erwachsene automatisch beim Hund zum „Rudelführer“.

Das ältere Kind (ab 6 Jahren aufwärts) sollte so gut es geht, mit einbezogen werden in der Welpenschule/Hundeschule. Je kompetenter es dabei wird, desto besser geht es mit seinem Wissen in den Transfer.

Achtung: Kinder und Jugendliche mit ADHS mahnen dann Fehler in der Erziehung seitens ihrer Eltern sofort und unüberhörbar an!

Als Haustiere sind für viele Kinder Katzen geeignet, die dieselbe Nähe-Distanzregulierung haben wie sie, sind ebenso am Liebsten „selbstbestimmt“, halten es auch mal eine Weile ohne Menschen aus (sollten dann aber mindestens zu zweit sein!).

Bei Kindern/Jugendlichen mit ADHS ist das Tier (v.a. Hund und Pferd) mehr als der allerbeste Freund! Beim ihm fühlt man sich „gehört“ und verstanden – immer (und oft sehr wichtig in immer schwieriger werdendem Umfeld in der Schule und auch allgemein in der Gesellschaft für mehr Sicherheit mit ADHS).

Bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit ADHS mit nur leichter Ausprägung von Tierhaarallergien kommen in Kontakt mit den entsprechenden Tieren meist kaum, oder zumindest keine schlimmen Reaktionen vor.