





Was wir von Tieren lernen können

VON IRISA S. ABOUZARI

Tiere sind von Natur aus authentisch und große Lebenskünstler

Tiere sind seit Urzeiten unsere Begleiter. In der wechselvollen gemeinsamen Geschichte wurden sie von Menschen vergöttert und verteufelt, als Nutztier oder auch als Freund betrachtet. Seit wenigen Jahrzehnten wächst wieder das Bewusstsein dafür, dass Tiere ernstzunehmende Sozialpartner und sogar Lehrer sein können, wenn wir uns dafür öffnen





„Glück ist tierisch leicht!“

Davon ist Daniela Ben Said überzeugt. Auf ihrem zum Seminarzentrum umgebauten historischen Niedersachsenhof „Quid agis“ hat die Business-Trainerin und Heilpraktikerin für Psychotherapie sich einen Kindheitstraum erfüllt: Über 50 Tiere leben hier, darunter fünf Pferde, vier Ponys, zwei Esel, drei Hunde, zwei Katzen, ein Busard und eine Schneeeule, zwei Hängebauchschweine, zwei Mangalitzawollschweine, zwei Riesen-Schildkröten, zwölf Schafe, vier Ziegen, vier Alpacas, Gänse, Enten und Hühner.

In Unterhaltungsshows, Business-Trainings und tiefergehenden Einzelcoachings setzt Daniela Ben Said ihre tierischen Freunde gezielt als Partner ein. So ist Bühnenprofi Pony Titus ein richtiger „Showmaker“, während zurückhaltendere Tiere wie Alpacas, Hunde oder Pferde eher beim Einzelcoaching assistieren. Pferde zum Beispiel lassen sich nicht mit Kraft be-

herrschen, sie reagieren nur auf eindeutige und einfühlsame Kommunikation.

„Tiere sind authentisch, sie reagieren instinktiv und so, wie es ihrer Natur entspricht“, erklärt Heilpraktikerin Daniela Ben Said. „Eine Ente kann nicht klettern, braucht sie aber auch nicht. Auch wir wissen, dass wir individuelle Stärken und Schwächen haben. Wir sollten uns ein Beispiel an Tieren nehmen und das tun, worin wir stark sind. Menschen handeln allerdings häufig so, wie es die Gesellschaft, der Partner, die Eltern oder der Chef erwarten, statt das zu tun, was ihnen wirklich liegt und ihnen Freude macht.“

Qualitätsbewusst und anspruchsvoll wie eine Ziege

Ziegen leben schon seit rund 10 000 Jahren als ältestes Nutztier mit uns zusammen. Schimpfwörter wie „doofe

Ziege“, „zickig“ oder „bockig“ sind eigentlich ungerecht. Denn das wählerische Fressverhalten von Ziegen, von dem auch das Grimmsche Märchen „Tischlein deck dich“ inspiriert ist, zeugt im Grunde von einem nachahmenswerten Gesundheitsbewusstsein: „Achten auch Sie darauf, welche Nahrung Sie zu sich nehmen“, rät Daniela Ben Said. Von Ziegen können wir außerdem lernen, unsere Ansprüche geltend zu machen und so lange zu ‚meckern‘, bis wir unser Ziel erreicht haben.

Umsichtig und beharrlich wie ein Esel

Wussten Sie, dass Esel gar nicht stur sind? Wenn ein Esel stehen bleibt, sollte man keinesfalls versuchen, ihn weiterzuzerren. Denn vermutlich ist das Gelände unwegsam und der nächste Schritt gefährlich. Von Eseln können wir lernen, auf unsere Impulse zu achten, zu prüfen, was wir

Daniela Ben Said – hier mit Schneeeule Hedwig – arbeitet in ihren Coachings mit vielen Tieren. Die Schnee-Eule lehrt uns, unser Leben aktiv in die Hand zu nehmen





wirklich wollen, und dann auch dazu zu stehen. Auch die Beharrlichkeit des Esels ist eine Stärke: Langsam aber stetig bringt er seine Last sicher ans Ziel. Bei der Verwirklichung persönlicher Träume und Visionen können wir so vom Esel lernen, die nötige Ausdauer zu entwickeln, um unsere Ziele auch zu erreichen.

Selbstbewusst und unabhängig wie eine Katze

Katzenbesitzer schätzen die Unabhängigkeit und Würde dieser grazilen Vierbeiner. Im tiergestützten Coaching können Menschen nach Daniela Ben Saids Erfahrung von der Katze lernen, selbstbewusster zu werden und am Ball bleiben: „Wir Menschen plagen uns oft mit Selbstzweifeln herum. Hö-

ren Sie damit auf, sich in Frage zu stellen. Und geben Sie nicht zu früh auf! Sprechen Sie doch mal mit Ihrem Chef oder Ihrem Partner, wenn Sie etwas stört. Vertrauen Sie darauf, dass Sie danach so wie die Katze wieder auf den Füßen landen.“



Anmutig und selbstbewusst – eine Katze landet immer auf ihren Pfoten

Beziehungstier Pferd

Manchmal trauen wir uns nicht, anderen zu zeigen, dass wir etwas nicht mögen. Ein Pferd ist da ganz deutlich. Als Fluchttier läuft es in einer stressigen Situation erst einmal weg. Doch nach hundert Metern dreht es sich oft um und bewertet die Situation neu. Diese innere Offenheit können wir uns nach Daniela Ben Saids Erfahrung in Beziehungskrisen zum Vorbild nehmen. Das heißt: „Nichts überstürzen. Achten sie also nicht nur auf die Fehler, sondern auch auf das, was der andere richtig macht.“

Die Schildkröte: Meister der Abgrenzung

Manchmal sind wir enttäuscht, wenn Menschen sich nicht so öffnen, wie wir das gerne hätten. Schildkröten können uns mehr Verständnis für introvertierte Beziehungspartner lehren: Sie ziehen sich zurück, wenn sie etwas stört, und sie lassen sich einfach zu nichts zwingen. „Nur in einer Atmosphäre der Ruhe, Wärme und Güte kriechen ▶



Dass Schweine schlau sind, ist bekannt. Hängebauchschweine, wie Kate und Pippa, sind zudem noch ausgesprochen reinlich



Esel wissen, was sie wollen. Hier tollen Gustav und Horst auf der Weide

Fotos: Daniela Ben Said



Schildkröten sind die Zen-Meister unter den Tieren. Sie lieben die Ruhe und üben sich gerne in Gelassenheit

sie wieder aus ihrem Panzer heraus“, weiß Daniela Ben Said.

Was Wissenschaftler und Techniker an Tieren bewundern

Bioniker schauen sich von Tieren und Pflanzen Strukturen und Prozesse ab, für deren optimale Funktion die Natur oft Milliarden Jahre gebraucht hat. Der Begriff „Bionik“ setzt sich aus den Begriffen Biologie und Technik zusammen. Als Pionier der Bionik gilt Leonardo da Vinci mit seiner Idee, den Flug von Vögeln auf Flugmaschinen zu übertragen. Eine Idee, die in der Flugzeugtechnik noch immer ernst genommen wird: So dienen zum Beispiel Bussard, Kondor oder Adler als Vorbild für die Entwicklung von Tragflächen. Katzenpfoten faszinieren Entwickler von Autoreifen – ein spezielles Profil soll bei einem schnellen Richtungswechsel die Kontaktfläche zum Boden vergrößern und so die Sicherheit auf den Straßen erhöhen. Spinnenseide inspiriert die Forscher bei der Entwicklung reißfester Materialien.

Dem Verhaltensbiologen Kurt Kotrschal (Professor an der Universität Wien, Leiter der Konrad Lorenz Forschungsstelle) liegt viel daran, unser

und Stress werden weniger und dies wiederum schützt das Herz-Kreislauf-System.

Vom Freund zum Feind

In alten Hochkulturen wurden Tiere noch wie Götter verehrt, zum Beispiel in Ägypten und Griechenland. Weltweit lebten die Menschen jahrtausendlang mit Wölfen friedlich zusammen. Funde zeigen, dass auch die Mammutjagd gemeinsam leichter gelang. Erst viel später trennte sich das Genom des Wolfes von dem des Hundes und Hunde wurden mehr und mehr auf Zähmheit hin gezüchtet.

Im Mittelalter drehte sich das bisher hohe Ansehen von Wölfen ins Gegenteil und sie wurden des Paktes mit dem Teufel bezichtigt. Auch schwarze Katzen sollten Unglück bringen. Seit der Aufklärung wurden Tiere dann nur noch als Reiz-Reaktions-Maschinen angesehen. Die moderne Kognitionsforschung kann nun nachweisen, was Tierliebhaber längst wissen: Säugtiere haben ähnlich strukturierte Gehirne wie wir und sind zu tiefen Emotionen fähig. Auch bei Vögeln, die als Nachkommen der Dinosaurier eine andere Gehirnstruktur haben, ist es nicht anders. Raben zum Beispiel leben mo-

nogam und trauern lange, wenn ihr Partner stirbt.

Jobs, in denen Hunde tierisch gut sind

Spürhunde finden nicht nur vermisste Menschen, sondern können Sprengstoff und Drogen erschnüffeln. Die Viebeiner können auch epileptische Anfälle oder eine Unterzuckerung von Diabetikern rechtzeitig erkennen. Blindenhunde und Partnerhunde für Behinderte können das Telefon herbeibringen und die Waschmaschine ein- und ausräumen. Schulpräsenz-hunde verbessern das soziale Klima



Katzen hatten einen besonderen Stellenwert im alten Ägypten. Sie galten als Götter in Tiergestalt

TIERFREUNDE



Foto: IVH-Pressedienst, Bremen

Hunde können nicht nur Kunststücke. Sie eignen sich auch besonders gut als Therapiehelfer

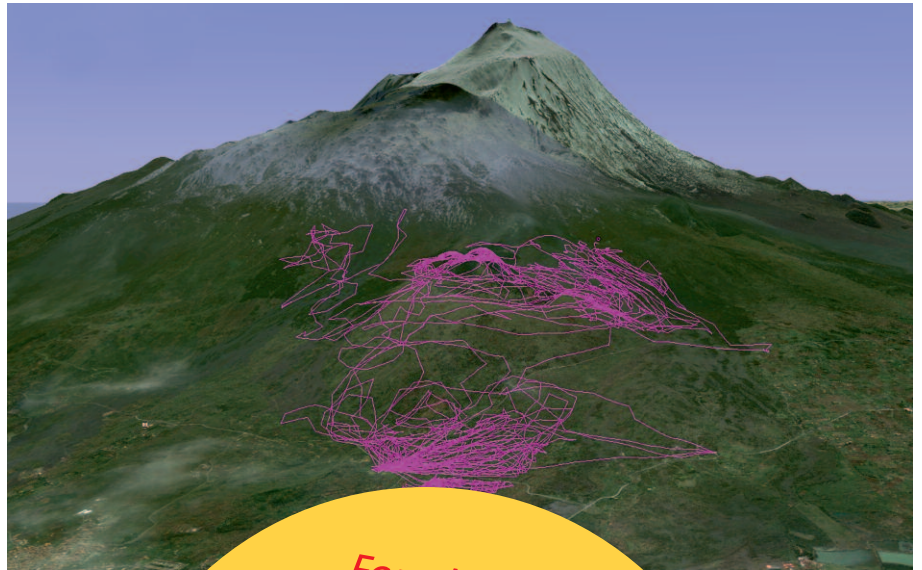
und die Konzentration von Schülern. Begleithunde wirken der Einsamkeit und depressiven Neigungen älterer Menschen entgegen. Therapiebegleithunde werden neuerdings auch in Kliniken eingesetzt, um die Lebensfreude der Patienten zu stärken.

Wenn Tiere Naturkatastrophen vorausahnen

Tiere gelten seit der Antike als hilfreiche Indikatoren für Naturereignisse wie Erdbeben oder Vulkanausbrüche. 2004 vor dem verheerenden Seebeben in Asien flohen Elefanten in Sri Lanka lange vor dem Tsunami ins Landesinnere. Menschen, die ihnen gefolgt waren, überlebten die Katastrophe. „Wenn Tiere verrückt spielen, lauf weg vom Meer, und geh ins Hochland“, heißt es in einem indonesischen Kinderlied von der Insel Simeuluë vor der Küste Sumatras. Weil die Bewohner von ihren Vorfahren gelernt hatten, das Verhalten von Hühnern und Wasserbüffeln richtig zu deuten, konnten sie sich vor der Flutwelle in Sicherheit bringen. So gab es auf der Insel 2004 nur wenige Tote.

Forscher im Team des Verhaltensforschers Prof. Dr. Martin Wikelski, Direktor am Max-Planck-Institut für Ornithologie in Radolfzell, haben Ziegen und Schafe am Ätna mit Sendern ausgestattet, um ihr Verhalten zu dokumentieren. Was für ortsansässige Sizilianer seit vielen Generationen eine Selbstverständlichkeit ist, ►

1/2 Anzeige hoch
250 x 92



Fotos: Max-Planck-Institut für Ornithologie Radolfzell, Max Cine



Forscher des Max-Planck-Instituts für Ornithologie in Radolfzell, statteten Ziegen am Ätna mit Sensoren aus. Die magentafarbenen Zickzacklinien, dokumentieren das unruhige Verhalten der Tiere einige Stunden vor einem Vulkanausbruch

konnten die Forscher 2012 erstmals nachweisen: Die Ziegen wurden mehrere Stunden vor jedem größeren Vulkanausbruch auffällig unruhig und konnten so die heftigen Ausbrüche viel früher als technische Messgeräte anzeigen. Die Wissenschaftler vermuten, dass die Tiere den Geruch des aufsteigenden Magmas wahrnehmen.

mas Weiler, den Chef des Klinikums Starnberg, ein einschneidendes Erlebnis: Mittlerweile bildet er seinen eigenen Bloodhound „Amelie“ zur Therapiehündin aus. Das Klinikum Starnberg unterstützt den Verein red:dogs, der speziell ausgebildete Erlebnishunde als „Klinikhunde“ vermittelt, und kann in reduzierter Form tiergestützte Therapie anbieten. „Selbstverständlich unter Einhaltung aller hygienischer Vorgaben und nicht bei Kindern, die unter akuten Infekten leiden“, betont Prof. Thomas Lang, der unter anderem lebertransplantierte Kinder betreut und

sehr gute Erfahrungen mit den tierischen Helfern gemacht hat.

In der Schön Klinik München Schwabing, Abteilung Neuropsychologie, ergänzt Therapiehund Gioia die psychotherapeutische Arbeit von „Frauchen“ Sandra Gruber. Zusammen mit der Diplompsychologin mit tiertherapeutischer Zusatzqualifikation hilft Gioia Patienten dabei, ihre Aufmerksamkeit, ihr Gedächtnis, ihre Wahrnehmung und ihr psychisches Befinden zu verbessern. Im Rahmen von Rehabilitationsmaßnahmen übt ein Schlaganfall-Patient zum Beispiel, dem Labrador-Appenzeller-Mischling

Hunde als Therapiehelfer

Dank einer Rettungshundestaffel konnte 2009 ein vermisster Patient des Klinikums Starnberg rechtzeitig wiedergefunden werden. Für Dr. Tho-



Therapiehündin Gioia ist psychotherapeutische „Assistentin“ und zuständig für die Lebensfreude angeschlagener Patienten

ein Leckerli mit seiner betroffenen Hand zu geben.

Die tiergestützte Therapie kann auch bei Antriebslosigkeit bis hin zur Depression dazu beitragen, die Motivation der Patienten zu steigern, an ihrem Genesungsprozess mitzuwirken.

Auch an der Schön Klinik Bad Bramstedt im Norden von Hamburg, der größten psychosomatischen Fachklinik Deutschlands, bietet man seit Neuestem tiergestützte Therapie mit Hund an. Der Anstoß dazu kam von Univ.-Doz. Dr. Gernot Langs, einer von drei Chefärzten vor Ort. Therapiebegleithündin Leeza, ein Nova Scotia Duck Tolling Retriever, hat die anspruchsvolle Ausbildung gemeinsam mit Psychologin Franziska Fliegner durchlaufen.

Patienten, für die eine tiergestützte Intervention sinnvoll ist, trainieren im Kontakt mit Leeza Fertigkeiten wie Einfühlungsvermögen, Frustrationstoleranz, das Zulassen von Nähe oder auch das Aufzeigen und Durchsetzen von Grenzen. Nicht zuletzt kann die Therapiebegleithündin depressiven Patienten dabei helfen, sich aus Grübelschleifen und einer starken Ich-Bezogenheit zu lösen.

Alpacas als Assistenten bei der Seelsorge

Wie talentiert Alpacas als Assistenten von Pfarrerin Wiltrud Bauer sind, können die Mitglieder der evangelischen Gemeinde in Landsweiler-Schiffweiler erleben. Die Pfarrerin absolvierte eine Weiterbildung in tiergestützter Therapie und Pädagogik und unter-



Foto: Schön Klinik München Schwabing

stützt mit ihren vier Alpacas und zwei Lamas Kinder und Jugendliche, junge Erwachsene, Menschen in Trauerphasen, mit Behinderungen und Senioren im Altenheim.

„Kamelartige Tiere haben etwas Selbstsicheres und Ruhiges“, berichtet sie, „das tut mir persönlich gut. Das merke ich immer, wenn ich auf die Weide gehe und mich mit den Tieren beschäftige.“

Besonders die Alpacas mit ihren niedlichen Gesichtern und dem weichen und wolligen Fell sind die Stars der Gemeinde. Bei regelmäßigen meditativen Wanderungen setzen sie mit ihrem gemächlichen Gang ein Tempo fest, das auf gestresste Erwachsene entschlernend wirkt und bei dem auch Kinder noch mitkommen. Alpacas sind sehr aufmerksam und schauen sich beim Gehen ihre Umgebung genau an. Auch ihre menschlichen Begleiter bekommen so einen bewussten Zugang zur Natur.

Da Alpacas zwar sanft sind, aber sich auch nicht unter Druck setzen lassen, können Kinder im Kontakt mit ihnen Erfahrungen in einfühlsamer Kommunikation und Führung machen. „Vor Kurzem hatte ich eine Gruppe mit lernbehinderten Jugendlichen“, erzählt die Pfarrerin. „Ein Junge legte ein starkes Dominanzverhalten an den Tag. Das ist etwas, das Alpacas überhaupt nicht mitmachen, wenn jemand zu dynamisch oder direktiv mit ihnen umgeht. Jedes Tier, das der Junge sich nahm, bewegte sich keinen Meter vorwärts. Irgendwann wurde ihm klar, dass die gleichen Alpacas bei den anderen Kindern offenbar gerne mitliefen. Das erlebe ich häufig, dass ein Kind dann sein Verhalten ändert und plötzlich klappt es“, freut sich Wiltrud Bauer. „Das finde ich sehr berührend, mitzerleben, wie sich Menschen plötzlich in ihrem kompletten Körperausdruck verändern, wenn sich etwas in ihnen tut.“





Pfarrerin Wiltrud Bauer setzt in der Seelsorge auf die Unterstützung von Alpacas

Mit Menschen, die sich in einer Trauerphase befinden, geht Wiltrud Bauer schon mal gemeinsam mit den Alpacas in den Wald. In der Natur und in der Bewegung fällt es vielen leichter, über die eigenen Gefühle zu sprechen. Im Winter stehen die Tiere direkt am Pfarrhaus auf der Weide.

Zu Senioren kommt Wiltrud Bauer gemeinsam mit ihren Alpacas sogar ins Altenheim. Die Tiere können problemlos Treppen steigen. Bettlägerige Bewohner werden in ihrem Zimmer besucht und dürfen die Tiere streicheln. Bei Alpaca-Nachmittagen trauen sich bewegungseingeschränkte Senioren im Beisein der Alpacas plötzlich mehr zu. „Ich erlebe dann auch oft gerade meine stürmischen Tiere sehr einfühlsam!“, beob-

Zu Weihnachten beglücken die kuscheligen Vierbeiner zusammen mit den Sternsängern einsame und kranke Menschen im Seniorenheim



achtet Wiltrud Bauer. „Sie merken, wer nicht gut zu Fuß ist, und gehen dann selbst besonders behutsam.“

In der Weihnachtszeit setzt die Pfarrerin ihre Tiere bei Sternsingeraktionen und beim Krippenspiel ein. An Heiligabend werden sie gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen zu richtigen Darstellern, zum Beispiel als die Tiere der Hirten auf dem Feld oder als die Kamele der Könige.

Therapeutische Unterstützung gegen Ängste und Depressionen

Der österreichische Arzt Dr. med. Wolfgang A. Schuhmayer hat ein eigenes Behandlungskonzept entwickelt, um psychisch belasteten Menschen zu helfen, zur Normalität zu-

rückzufinden. Seine Methode ist aufgrund professioneller, standardisierter Fallberichte sowie Publikationen evidenzbasiert und damit wissenschaftlich anerkannt.

Das Einfühlungsvermögen in seine Patienten - „Ich behandle Menschen, nicht Krankheiten!“ - schöpft er aus persönlicher Erfahrung: Eine hochmaligne Krebserkrankung riss den Mediziner aus einem erfolgreichen Leben und drängte ihn, sich auf seine innersten Werte und Wurzeln zu besinnen. Schuhmayer kehrte zurück in den Heilberuf und wandte sich der tiergestützten Therapie zu.

In seinem Behandlungsinstitut am „Brigindohof“ mit zwölf Ziegen, zwei Alpacas und einem Zwergmuli suchen vor allem Frauen seine therapeutische Unterstützung. Die häufigsten Diagnosen sind Angststörungen, posttraumatische Belastungsstörungen – nahezu ausschließlich nach sexuellem Missbrauch – und De-





Foto: Gudrun Freund

Dr. Schuhmayer und seine Alpacas mit Patientin Barbara Hasnezagl und ihrer Mutter Renate (links)

pressionen. Auch Menschen mit autistischen Symptomen oder Schizophrenie zählen zu seinen Patienten.

Wie ein Regisseur initiiert Dr. Schuhmayer eine herausfordernde Problemsituation, die die Patienten dann in der praktischen Arbeit mit den Tieren lösen. „Die meisten Menschen mit psychischen Belastungsstörungen können sich kaum abgrenzen. Abgrenzung kann man gut trainieren, weil das in der Tierwelt zum kleinen Einmaleins gehört. Dann versuche ich den Betroffenen zu zeigen, dass sie nicht der Spielball ihrer Gefühle und Emotionen sein müssen. Hier besteht die Übung zu Anfang darin, dass wir im Stall eine Ziege einfangen und in der Folge die ganze Herde.“

Im Umgang mit der Ziegenherde erfahren die Patienten konkret, was Achtsamkeit bedeutet, wenn sie gleichzeitig den Blick auf das Ganze – die Herde – behalten müssen, ohne dabei den Blick auf das Detail zu verlieren – die einzelne Ziege, die aus der Herde ausbrechen könnte. „Der Patient hat gleichsam die Aufgabe des Hirtenhundes und muss gut dosiert für Ordnung sorgen“, erklärt Dr. Schuhmayer: „Alpacas, Ziegen oder

ein Zwergmuli reagieren völlig unterschiedlich auf den Energielevel, mit dem Sie auf sie zugehen. Mit der Energie, die Sie benötigen, damit ein Zwergmuli sich überhaupt bewegt, erzeugen Sie bei Ziegen bereits Panik. Beim Zwergmuli müssen Sie mental auf ganz andere Art präsent sein, als wenn Sie mit der Ziegenherde arbeiten. Die Tiere, die am nachsichtigsten reagieren, sind die Alpacas.“

Diese Spiegelung der persönlichen Ausstrahlung durch ein Tier kann heilsam sein. Im Frühjahr kam zum Beispiel eine 30jährige Frau mit Erschöpfungsdepression und Angststörungen zu Dr. Schuhmayer. Sie hatte ein Eifersuchtsproblem mit einer etwa 45jährigen Frau und wusste nicht, wie sie sich verhalten sollte. „Wir trainierten Bodenarbeit mit dem Zwergmuli. In der ersten Stufe geht es darum, dass man sich von dem Tier abgrenzt. In der zweiten Stufe lernt man, das Tier mental zu leiten, es ohne Strick zu lenken. Meine Patientin konnte die Souveränität, die aus diesem Erfolgserlebnis resultierte, auf ihr reales Problem übertragen und fühlte sich nicht mehr davon belastet.“

Bewusst sucht Dr. Schuhmayer aus, welche Tierart und auch welches spezielle Tier er je nach individuellem Charakter einsetzt. Um dies richtig einschätzen zu können, findet er es unerlässlich, seine Tiere selbst zu trainieren und mit ihnen wirklich zusammenzuleben: „Wenn Sie einem Tier selbst die Klauen schneiden, wissen Sie genau, wie es reagiert.“

Für das naturnahe Leben nehmen er und seine Frau Susanne, die Trainerin für Schreib- und Redeschwäche ist, gerne in Kauf, auf teure Urlaube, ein luxuriöses Auto und Designerkleidung zu verzichten. „Diese Arbeit funktioniert nur, wenn Sie authentisch sind. Vor sich selbst, vor den Tieren und vor allem vor den Menschen.“



Buchtipps und Links

- Laurent Amman/Asim Aliloski: „Mein Hund hat eine Seele. Was Ihr Hund schon immer sagen wollte & was Sie von ihm lernen können“, Goldegg, ISBN: 978-3-902991-36-2, € 19,95 • Kurt Kotrschal: „Einfach beste Freunde. Warum Menschen und andere Tiere einander verstehen“, Brandstätter, ISBN: 978-3-85033-814-1, € 22,50 • Regula Meyer: „Tierisch gut. Tiere als Spiegel der Seele“, Arun, ISBN: 978-3-86663-008-6, € 12,99 • Wolfgang A. Schuhmayer: „Medizinisch orientierte tiergestützte Therapie“, Verlagshaus der Ärzte, ISBN 978-3-99052-104-5, € 29,90
- www.danielabensaid.com
- www.tiersensoren.mpg.de/5181/fruehwarnsystem-auf-vier-beinen
- www.aiaatr.com
- Tiergeschützte Therapie und Forschung Dr. med. Wolfgang A. Schuhmayer
- www.tiergestuetzte-seelsorge.beepworld.de
- Tiergeschützte Projekte mit Pfarrerin Wiltrud Bauer

