

Tiergestützte Interventionen bei der Behandlung von Depressionen und anderen psychischen Erkrankungen

von CORINNA ENGELKE

Das geliebte Haustier bei schwer- und schwerstkranken Menschen auf der Intensivstation oder in Alten- und Pflegeheimen – Diese Bilder gehen häufig durch die Sozialen Medien und berühren uns emotional. Der Familienausflug in den Zoo, der Zirkusbesuch oder der Urlaub auf einem Bauernhof – all das sind Beispiele dafür, wie wichtig uns Menschen die Bindung zu Tieren ist. Tiere tun uns Menschen gut und vermitteln, besonders jetzt in Zeiten von Corona, das Gefühl von Sicherheit und Wärme. Tiere suchen die Nähe zu uns und vermitteln ein Wohlbefinden. Nur kann man Tiere auch gezielt bei der Behandlung von Menschen mit psychischen Erkrankungen einsetzen?

Aus einer großen bundesweiten Studie ist bekannt, dass fast die Hälfte (43%) der Deutschen mindestens einmal im Laufe ihres Lebens an eine psychische Erkrankung erkranken. Hier ist es wichtig, dass die Erkrankung adäquat diagnostiziert und behandelt wird. Für die Behandlung gibt es immer neuere Erkenntnisse und innovative Therapieansätze, die zu Einsatz kommen. Eine Methode ist die tiergestützte Intervention, welche es zwar schon sehr lange gibt, die aber mittlerweile immer größeren Zuspruch bekommt. So wird hier das menschliche Bedürfnis nach Wärme und Nähe genutzt, um z. B. das Wohlbefinden, das Selbstwertgefühl und das Selbstbewusstsein der Patienten zu fördern, denn Tiere können einerseits Grenzen aufzeigen, aber andererseits auch direkte, unmittelbare und unverstellte Reaktionen zeigen. Besonders im Umgang mit Emotionen und der Behandlung von Depressionen finden Tiere als unterstützende und begleitende „Therapeuten“ ihren Einsatz.



Tiere als begleitende Therapeuten

Bei der tiergestützten Therapie handelt es sich um ein individuelles, komplementäres therapeutisches Instrument, wobei eine subjektive Steigerung des Wohlbefindens bewirkt werden kann. Insbesondere die Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse und das Empfinden von Empathie kommen

hierbei zum Ausdruck. Das Tier soll helfen körperliche, kognitive und emotionale Funktionen wiederherzustellen und zu erhalten. Es soll die Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Durchführung von Aktivitäten und Handlungen fördern und das subjektive Wohlbefinden verbessern.

VORTEILE	NACHTEILE
<ul style="list-style-type: none"> Tiere akzeptieren Menschen so wie sie sind Tiere drängen sich nicht auf 	<ul style="list-style-type: none"> Hohe Kosten Beispiele: <ul style="list-style-type: none"> Delfintherapie 5000-20.000€ Reittherapie ab 75€ für 60 Minuten, zusätzlich 50€ Anamnesegespräch
<ul style="list-style-type: none"> Vielseitig einsetzbar und variierbar 	<ul style="list-style-type: none"> Kein Allheilmittel Wenig wissenschaftliche Fundierung
<ul style="list-style-type: none"> Überwindung von Barrieren Zugang schaffen 	<ul style="list-style-type: none"> Therapieerfolge nur in kleinen Schritten
<ul style="list-style-type: none"> Behandlungsfortschritt Subjektive Steigerung des Wohlbefindens 	<ul style="list-style-type: none"> Es sind nicht alle Tiere geeignet
<ul style="list-style-type: none"> Gute Akzeptanz 	<ul style="list-style-type: none"> Setzt ein ideales Patienten-Therapeuten-Verhältnis voraus

Depressionen können jeden Menschen treffen

Eine Depression tritt meist unerwartet und spontan auf. Aus medizinisch-therapeutischer Sicht ist die Depression eine ernste Erkrankung, die das Denken, Fühlen und Handeln der Betroffenen beeinflusst, mit Störungen von Körperfunktionen einhergeht und erhebliches Leiden verursacht. Obwohl wirksame Behandlungsmöglichkeiten bei psychischen Erkrankungen zur Verfügung stehen, erhalten nur etwa 10 % der betroffenen Patienten eine angemessene Behandlung. Psychotherapeutische oder psychiatrische Hilfe in Anspruch zu nehmen, fällt vielen Menschen noch schwer. Häufig wird eine Depression nicht als Krankheit erkannt, sondern als persönliches Versagen oder Schuld empfunden. Durch intensive Aufklärungsarbeit möchte das Bündnis gegen Depression in Südniedersachsen diesen Blick auf die Krankheit zu ändern.

Wissenschaftliche Studien zum Einsatz von Pferden

Die pferdegestützte Förderung und Therapie umfassen die Hippotherapie (pferdegestützte Physiotherapie), ergotherapeutische Behandlung mit dem Pferd, die pädagogische und heilpädagogische Förderung mit dem Pferd sowie die pferdegestützte Psychotherapie. Die Einbeziehung von Pferden in Psychotherapien geht mit effektiven Wirkungen auf therapeutische Prozesse einher. Zu diesem Ergebnis kommt eine qualitative Studie aus 2019 (Ärzteblatt 6/2020) zu spezifischen Wirkfaktoren in der analytischen und tiefenpsychologisch fundierten pferdegestützten Psychotherapie. Manche Patientinnen erleben das Pferd als Brücke in die Therapie. Die von schwierigen, unter Umständen traumatischen Beziehungserfahrungen mit Menschen/Eltern unbelastete Beziehung

FOTOS |

Marina Klimek, Corinna Engelke



CORINNA ENGELKE ist Koordinatorin der Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen sowie Trainerin mit B-Lizenz des DOSB Sport in der Prävention (FOTO: Theodoro da Silva)

Bündnisarbeit soll Aufklären und Vernetzen

Das „Deutsche Bündnis gegen Depression e. V.“ entstand im Rahmen des „Kompetenznetzes Depression, Suizidalität“ und wurde vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert. Im September 2019 wurde das regionale „Bündnis gegen Depression in Südniedersachsen“ gegründet, dazu fand eine gut besuchte Auftaktveranstaltung moderiert von der Schirmherrin Rebecca Siemoneit-Barum in der Stadthalle Northeim statt. Verschiedene Institutionen, Kliniken, Mitglieder der Sozialpsychiatrischen Verbände, Sozialpsychiatrische Dienste sowie Selbsthilfegruppen, Ehrenamtliche und die Gesundheitsregion Göttingen/ Südniedersachsen engagieren sich, um gemeinsam Aufklärungsarbeit zu leisten, das Thema „Depressionen“ verstärkt in der Öffentlichkeit bekannt zu machen, das Wissen über die Krankheit in der Bevölkerung zu erweitern und dadurch Suiziden vorzubeugen.

www.buendnis-gegen-depression-suedniedersachsen.de

zu einem Pferd wird per se als heilsam erlebt. Angesichts der zunehmenden Nachfrage an pferdegestützten Psychotherapieangeboten sind Investitionen in größer angelegte Studien notwendig, da die hochkomplexen, nachhaltig wirksamen Beziehungsinteraktionen zwischen Patienten, Pferden und Psychotherapeuten weiter untersucht werden müssen. +

ANZEIGE

GESUNDHEITSREGION
Göttingen/Südniedersachsen

Gemeinsam geht mehr.

Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen
Telefon (0551) 54743-292
www.gesundheitsregiongoettingen.de