UNIVERSITÄT
LUZERN

FAKULTÄT FÜR VERHALTENSWISSENSCHAFTEN UND PSYCHOLOGIE

AKTUELLE STUDIEN ZU TIERGESTÜTZTER PSYCHOTHERAPIE

PROF. DR. KARIN HEDIGER

1

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Metaanalyse zu Erwachsenen mit versch. Symptomen, 35 RCTs, 2391 Personen (Shih et al., 2026)

- Reduktion der Depression (g = -0.403; 95% CI = -0.536, -0.271)
- Reduktion der Angst (g = -0.661; 95% CI = -1.069, -0.253)
- Reduktion von Stress (g = -1.062; 95% CI = -1.849, -0.275)
- Kein Effekt auf Schmerz
- Längere und häufigere Einheiten: besserer Effekt bei Depression
- Kürzere und weniger häufige Einheiten: besserer Effekt bei Angst und Stress

Metaanalyse zu hundegestützten Interventionen (Shoesmith et al. 2026): 29 RCTs

- 57% der Studien fanden Verbesserungen in sozialen Fähigkeiten
- 43% der Studien fanden Verbesserungen der Depression
- 33% der Studien fanden Verringerung der Agitation

2

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Metaanalyse zu TGI bei Kindern (Charry-Sánchez et al., 2018)

- 26 kontrollierte Studien
- Eingeschlossen: Autismus-Spektrum-Störungen, Cerebralparese, Schmerzen, Down Syndrom etc.
- Motorische Fähigkeiten verbessert
- Schmerzen verbessert

Systematisches Review zu TGI bei Schulkindern (Moe et al., 2025)

- 30 eingeschlossene Studien (21 RCTs)
- 25 von 30 positiver Effekt vergleichen mit Kontrollgruppe
- Positive Effekte auf sozio-emotionale Kompetenzen
- Positiver Effekte auf Verhalten

3

UNIVERSITÄT
LUZERN

STÖRUNGSSPEZIFISCHE EFFEKTE

4

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Depression (Pauli et al., in Vorbereitung)

- Netzwerk-Metaanalyse mit 130 Studien mit 6'918 Patient:innen
  - mittlere Effekte für Depression TGI vs. Kontrollgruppe (*SMDs* = −0.50 to −0.64)
  - mittlere Effekte für Depression prä-post (*SMC*s = −0.65 to −1.44)
  - kleine bis mittlere Effekte für Angstsymptome TGI vs. Kontrollgruppe (*SMD* = -0.37, 95% *CI* [-0.64, -0.11], *p* = .009).
  - Mittlere Effekte für Angst prä-post (*SMC* = -0.73, 95% *CI* [-1.11; -0.35], *p* = .001)

5

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Posttraumatische Belastungsstörung (Hediger et al., 2021)

- 41 Studien mit 1111 Patient*innen im systematischen Review
- 8 kontrollierte Studien mit 469 Patient*innen in Metaanalyse

- Keine Unterschiede zwischen TGI und Standardpsychotherapie bei der Reduktion von
  - PTBS-Symptomen (SMD = −0.26, 95% CI: −0.56 to 0.04)
  - Depression (SMD = −0.03, 95% CI: −0.88 to 0.83)

Kinder mit zwischenmenschlichen Traumata (Dumouchel & Soubelet, 2026)

- Systematisches Review mit 15 quantitativen Studien (1 RCT)
- Kinder und Jugendliche nach psychischer, körperlicher oder sexueller Gewalt
- Verbesserung von PTBS-Symptomen
- Verbesserung von Depression und Angst
- Auch widersprüchliche Ergebnisse und methodische Einschränkungen

6

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Feasibility-Evaluation eines laufenden RCT zu tiergestützter TF-KVT (Arnsköttter et al., in Vorbereitung)

- 10-wöchiges traumafokussiertes KVT-Gruppenprogramm
- Kinder zwischen 9 und 17 mit PTBS-Symptomen
- Mixed-method:
  - Deskriptive Beschreibung der allgemeinen Therapiemotivation und der Motivation, Vermeidung, Stimmung & Stress nach jeder Einheit
  - Interviews mit Kindern/Jugendlichen und Bezugspersonen 4 Wochen nach Programm

- 34 Teilnehmende
- Abbruchquote war in der TGI-Gruppe niedriger
- Allgemeine Motivation war in der Kontrollgruppe höher
- Sitzungsspezifische Motivation höher und weniger Vermeidungstendenzen in TGI-Gruppe

7

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Angst

Review über 31 Studien mit klinischen Populationen (Hernández-Espeso et al., 2026)

- Signifikante Reduktion nach tiergestützter Therapie
- Überlegenheit gegenüber Kontrollbedingungen
- Wenig/gemischte Evidenz für Langzeiteffekte

Review mit 7 Studien bei Kindern und Jugendlichen (Brandao et al., 2025)

- 4 Studien zeigten reduzierte Angst im Vergleich zu Kontrolle
- 1 Studie keine Angstreduktion
- 2 Studien keine Unterschiede zur Kontrolle

8

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Angst, Stress, Schmerz

Verschiedene Reviews in Pädiatrie zu Angst, Schmerz und Stress (Correale et al., 2022; Feng et al., 2021; Shiflett, 2025)

- Evidenz für Reduktion von Angst und Stress, beste Evidenz für Reduktion von Schmerzen (Charry-Sanchez et al., 2018; Waite et al., 2018; Zhang et al., 2021)
- Insb. während körperlichen Untersuchungen und medizinischen Prozeduren (Reed et al., 2026)

9

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Metaanalysen Schmerzen

Grosse Effektstärke für Schmerzlinderung bei unterschiedlichen Patient:innen (Waite et al., 2018; Charry-Sanchez et al., 2018)

- Haustierbesitz spielte keine Rolle
- Grössere Effekte bei älteren Personen & weiblichen Personen
- Grössere Effekte bei kurzer Intervention

10

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Autismus-Spektrum-Störungen

- Metaanalyse mit 45 Studien und 1'212 Personen (Xiao et al. 2024)
  - Verbesserungen im Bereich soziale Kommunikation, Irritabilität, Hyperaktivität und Wortgebrauch
  - Keine Verbesserungen auf soziale Kognition, Motivation und stereotypes Verhalten

- Kleine bis mittlere Effekte von pferdegestützter Therapie auf das Funktionsniveau bei Kindern (Droboniku & Mychailyszyn, 2021)

11

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Kinder mit ADHS (Yu et al. 2025)

- Metaanalyse mit 17 Studien (RCTs oder quasi-experimentell), 307 Kinder
- Im Vergleich zu Kontrollgruppen
  - Signifikante Reduktion der Aufmerksamkeitsprobleme
  - Signifikante Verbesserung des Selbstwertes
  - Signifikante Verbesserung von Lernen und motorischen Fähigkeiten

→ Generell: ADHS-Symptomatik ebenso verbessert wie bei konventionellen Behandlungen

Essstörungen (Fennig et al., 2022)

- Systematischer Review mit 10 Studien
- Hinweise auf günstigere Essstörungssymptome, kognitive Flexibilität und Selbstvertrauen
- belastbare kontrollierte Wirksamkeitsnachweise fehlen

12

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Psychotische Störungen (Peraile-Huerta et al., 2026)

- Metaanalyse mit 12 Studien (10 RCTs, 1 CT), 408 Patient:innen
- Im Vergleich zu Kontrollgruppen
  - Negativsymptomatik verbessert
  - Keine Verbesserung Positivsymptomatik
  - Keine Verbesserung generelle Symptomatik

Substanzkonsumstörungen (Diaz et al., 2022; Thorpe et al., 2025)

- Verbesserung der psychischen Belastung, Emotionsregulation und Behandlungsmotivation
- Zu wenig Evidenz für Auswirkungen auf Substanzkonsum und Rückfälle

13

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Demenz

- Verschiedene Metaanalysen (Amanat et al., 2026; Chen et al., 2022; Tseng et al., 2026; Zhou et al., 2026) zeigen Verbesserungen in psychologischen, psychosozialen, kognitiven Bereichen und im Verhalten

Systematisches Review zu hundegestützter Therapie bei Demenz (Klimova et al., 2019)

- 6 Studien
- Effektiver komplementärer Therapieansatz insbesondere für Aspekte des Verhaltens und psychologische Symptome

14

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Onkologie/Palliative Care

- Systematisches Review mit 10 Studien (Diniz Pinto et al., 2021)
- 4 Studien keine Effekte
- Effekte gefunden für Stimmung, Depressive Symptome, somatische Symptome/Schmerz, Lebensqualität, Stress und Angst

Review zu TGI bei Kindern mit onkologische Erkrankungen (Cotoc et al., 2019)

- 5 Studien
- Breites Spektrum an Effekten (Stimmung, Schlafqualität, physische Aktivität, Angst und Stress)

15

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN, TRANSDIAGNOSTISCHE EFFEKTE & EFFEKTE AUF DEN THERAPEUTISCHEN PROZESS

16

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Hundegestützte Psychotherapie für Jugendliche (Jones et al., 2019)

- Systematisches Review mit 7 Studien
- Positive Effekte auf die primäre Diagnose und die Symptomatik
- Erhöhtes Engagement, Funktionsniveau und Sozialverhalten
- Weniger störendes Verhalten während den Einheiten

17

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Studie zu tiergestützter Psychotherapie (Künzi et al., 2022)

- Randomisiertes kontrolliertes Design
- 31 Patient*innen mit erworbener Hirnschädigung & Depression, Angst und Stress
- 6-wöchige Gruppenpsychotherapie: mit oder ohne Integration von Tieren
- Psychologische Belastung vorher/nachher/follow-up gemessen
- Befindlichkeit vor/nach Einheiten gemessen

Resultate

- Beide Gruppen reduzierte Belastung (*difference* = 0.16, CI: -0.15 to 0.47, $p = 0.289$)
- TGT-Gruppe: Positivere Befindlichkeit in den Therapieeinheiten
- TGT-Gruppe: Höhere Adhärenz (*difference* = 3.28, CI: 1.82 to 5.98, $p < 0.001$)

18

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Metaanalyse zu Therapieabbruchraten bei tiergestützter Psychotherapie (Seeger et al., 2025)

- 57 Studien
- Durchschnittliche Abbruchrate von 11 % bei tiergestützter Psychotherapie
- Durchschnittliche Abbruchrate von 21% bei konventioneller Psychotherapie (indirekt aus Metaanalysen abgeleitet)

19

UNIVERSITÄT
LUZERN

SCHÖN KLINIK
Vogtareuth

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
SPASS

20

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
SPASS

Design
Retrospektive Analyse von 850 TGT-Einheiten zwischen 2010–2017

Population
196 Kinder und Jugendliche mit schweren neurologischen Beschwerden

Analysen
1. Extraktion und Analyse der Patient*innen Charakteristika und der Therapieziele
2. Inhaltsanalyse nach Erlingsson and Brysiewics (2017)
3. Evaluation der Therapieziele

21

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
SPASS

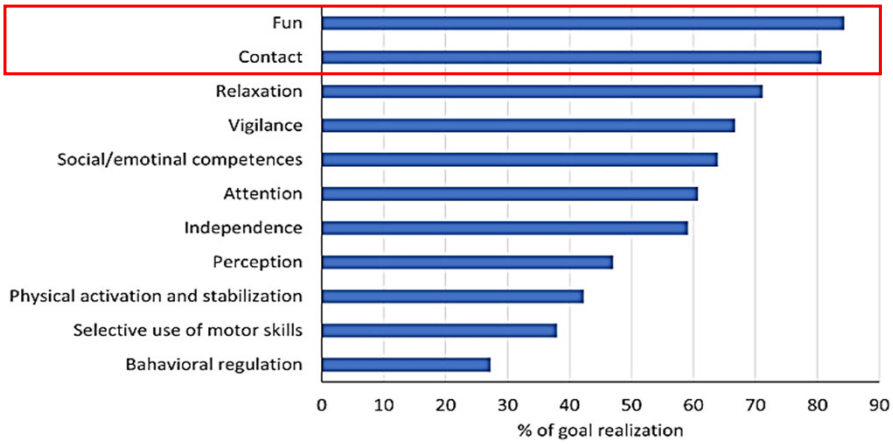
Fun
Contact
Relaxation
Vigilance
Social/emotinal competences
Attention
Independence
Perception
Physical activation and stabilization
Selective use of motor skills
Bahavioral regulation

Funktionsbereiche der
vorab definierten Therapieziele

22

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
SPASS



(Hediger et al., 2020, *Neuropediatrics*)

23

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
VERTRAUEN

Faktoren, die Vertrauen beeinflussen

- Geschlecht und ethnischer Hintergrund (Schmid et al., 2022)
- Stimme und Gesicht (Syed et al., 2024)
- Kontext oder Merkmal, das mit einer Person verbunden ist (Wilson & Mackenzie, 2000)

24

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
VERTRAUEN

Studiendesign

- Online-Studie „Wem vertrauen Sie?“
- 10 Personen in einer von vier Bedingungen
- Zufällige Zuordnung zu einer Reihe von Bildern

HARVARD MEDICAL SCHOOL

25

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
VERTRAUEN

Outcomes

1. **Runde:** «Stellen Sie sich vor, Sie treffen eine Person, die Sie noch nicht kennen. Schauen Sie sich bitte die folgenden Bilder an und entscheiden Sie spontan, wie **vertrauenswürdig** Sie diese Personen finden, ohne zu viel nachzudenken.«

2. **Runde:** »Stellen Sie sich vor, Sie haben ein psychisches Problem und sind auf der Suche nach einem Therapeuten, um einen ersten Termin zu vereinbaren. Bitte schauen Sie sich die folgenden Bilder an und entscheiden Sie spontan, wie wahrscheinlich es ist, dass Sie diese **Therapeut*innen anrufen** werden, ohne zu viel nachzudenken, um ein erstes Treffen zu vereinbaren.«

3. **Runde:** Freundlichkeit, Sympathie und Kompetenz

26

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
VERTRAUEN

Studienteilnehmende

5416 Teilnehmende, Alter = 32.56 (SD 14.97, 18–89 Jahre)

Geschlecht
- 49% weiblich, 39% männlich, 3% nonbinär, 9% nicht genannt

HARVARD MEDICAL SCHOOL

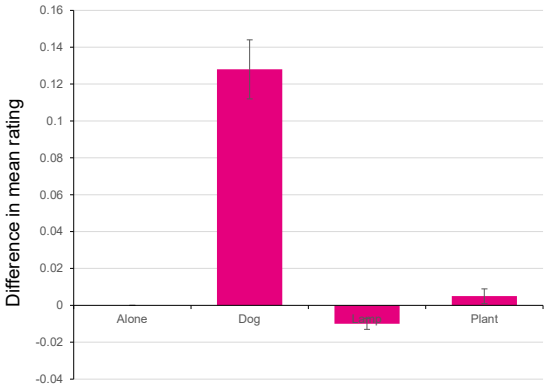
27

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
VERTRAUEN

Vertrauenswürdigkeit

- Dog vs no object
  (-0.129, CI -0.151 to -0.106, p<0.001)
- Dog vs lamp
  (-0.139, CI -0.161 to -0.116, p<0.001)
- Dog vs plant
  (-0.124, CI -0.146 to -0.101, p<0.001)



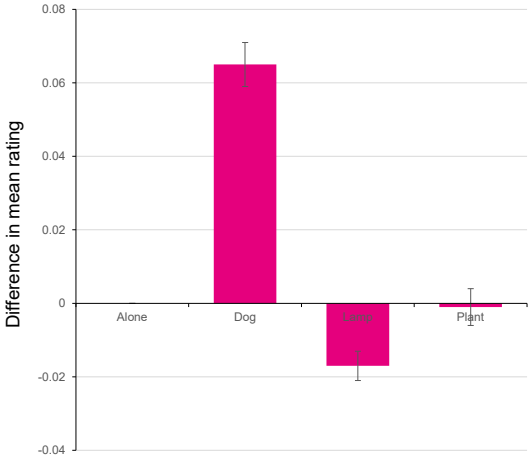
28

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
VERTRAUEN

Bereitschaft eine Person zu kontaktieren

- Dog vs no object
  (-0.07, CI = -0.05 to -0.09, $p < 0.001$)
- Dog vs lamp
  (-0.08, CI = -0.10 to -0.06, $p < 0.001$)
- Dog vs plant
  (-0.06, CI = -0.08 to -0.04, $p < 0.001$)



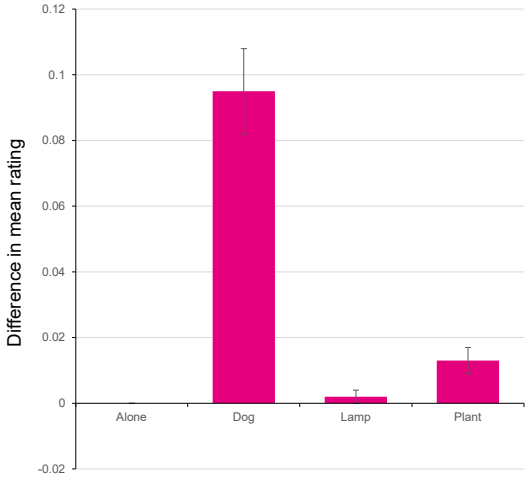
29

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
VERTRAUEN

Freundlichkeit

- Dog vs no object no object
  (-0.09, CI = -0.07 to -0.12, $p < 0.001$). 01)
- Dog vs lamp
  (-0.09, CI = -0.11 to -0.07, $p < 0.001$)
- Dog vs plant
  (-0.08, CI = -0.11 to -0.06, $p < 0.001$)



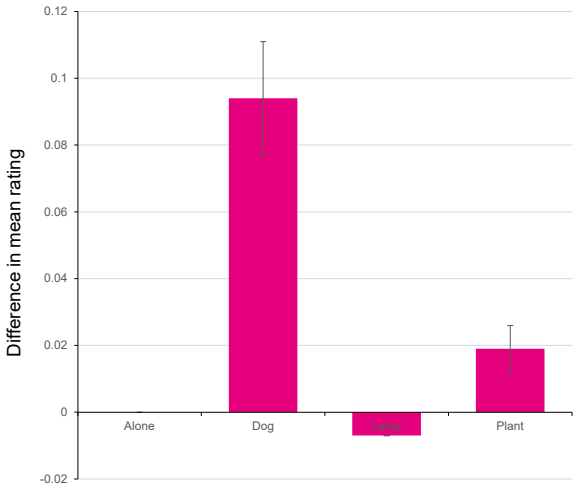
30

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
VERTRAUEN

Sympathie

- Dog vs no object
  (-0.094, CI -0.115 to -0.073, p<0.001)
- Dog vs lamp
  (-0.102, CI -0.123 to -0.080, p<0.001)
- Dog vs plant
  (-0.076, CI -0.097 to -0.054, p<0.001).



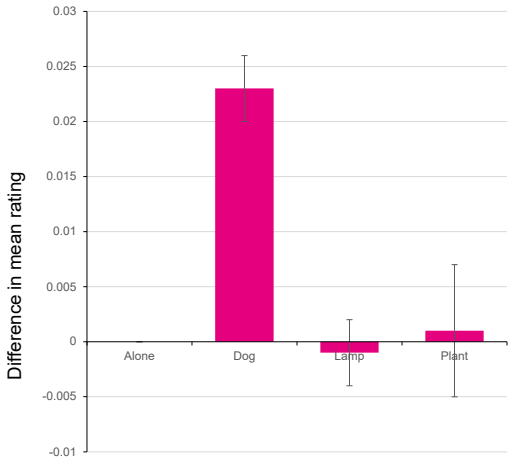
31

UNIVERSITÄT
LUZERN

MECHANISMEN TIERGESTÜTZTER THERAPIE
VERTRAUEN

Kompetenz

- Dog vs no object
  (-0.023, CI -0.044 to -0.002, p=0.029)
- Dog vs lamp
  (-0.024, CI -0.045 to -0.003, p=0.025)
- Dog vs plant
  (-0.023, CI -0.044 to -0.002, p=0.033)



32

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Systematisches Review zu Effekt von Hunden auf therapeutische Allianz (Collier et al., 2022)

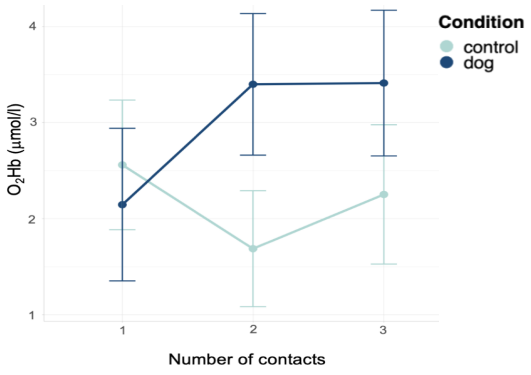
- 6 Studien eingeschlossen
- 3 Studien verbesserte therapeutische Allianz
- 3 Studien keine signifikanten Effekte

33

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Hund führt zu stärkerer frontaler Hirnaktivität verglichen mit einem Plüschtier gemessen mit **fNIRS**.



(Marti et al., 2022)

34

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Systematisches Review zu neurologischen und physiologischen Mechanismen von TGI
(Ehrlich et al, 2026)

- 34 Studien (7 Neurobildgebung, 27 Biomarker)
- Erhöhte funktionelle Konnektivität innerhalb der Emotionsregulations- und Belohnungskreisläufe
- Cortisol nahm in 64% der Studien ab
- Oxytocin nahm in 60% der Studien zu
- Ergebnisse zu autonomen Funktionen waren uneinheitlich

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

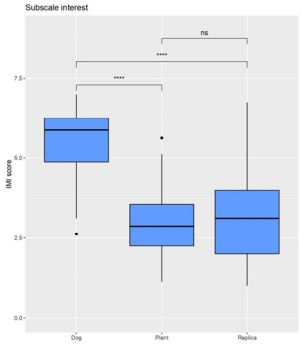
EEG-Studie während Interaktion mit Hund (Carbone et al., 2025)

- Randomisierte Crossover-Untersuchung: 29 Erwachsene, echter Hund, Roboterhund und Pflanze.
- Hundekontakt führte zu höherer subjektiver Motivation und positiverem Befinden
- Keine Unterschiede in der frontalen Alpha-Asymmetrie

A

B

C



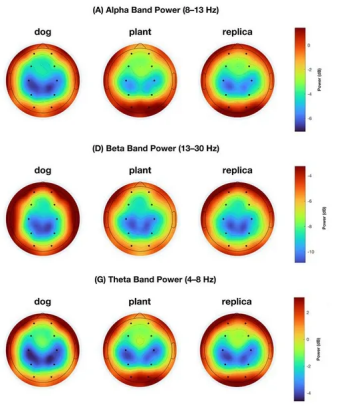
UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

EEG-Studie während Interaktion mit Hund (Carbone et al., 2026)

Die explorative Analyse der EEG-Frequenzbänder zeigte während Interaktion mit Hund:

- **Geringere Alpha-Power**, insbesondere in parietal und okzipital
  - Möglicherweise stärkere Aufmerksamkeit und sensorische Verarbeitung.
- **Höhere Beta-Power,** insbesondere frontal und zentral:
  - Möglicherweise stärkere kognitive Verarbeitung und sensomotorische Beteiligung
- **Regional geringere Theta-Power**, insbesondere okzipital:
  - Möglicherweise stärker nach aussen gerichtete Aufmerksamkeit



37

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Systematisches Review zur physiologischen Komodulation (Bargigli et al., 2026)

- 37 Studien (22 Hunde, 15 Pferde) mit Fokus tiergestützte Therapie, aber auch lediglich Kontakte
- 16 Studien signifikante Komodulation
- 16 Studien partielle Komodulation
- 5 Studien keine Komodulation

38

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Bei welchen Jugendlichen in der stationären Behandlung wirkt tiergestützte Psychotherapie am besten? (Kälin et al., 2026, preprint)

- 108 Jugendliche (12-18 Jahre)
- 5-wöchiges tiergestütztes Gruppenpsychotherapieprogramm zusätzlich zu TAU
- Depression und Mindfulness vor und nach Intervention gemessen
- Latente Profilanalysen für jeden Zeitpunkt, mit latenten Transitionsanalysen verbunden

39

UNIVERSITÄT
LUZERN

FORSCHUNGSSTAND

Bei welchen Jugendlichen in der stationären Behandlung wirkt tiergestützte Psychotherapie am besten? (Kälin et al., 2026, preprint)

- 3 Profile identifiziert:
  - geringe Belastung → geringe depressive Symptome & hohe Achtsamkeit
  - mässige Belastung
  - hohe Belastung → starke depressive Symptome & geringe Achtsamkeit

- Profile mit hoher und geringer Belastung zeigten hohe Stabilität
- 28% der Jugendlichen mit mittlerer Belastung bei T1 wechselten das Profil

→ Beste Effekte bei Jugendlichen mit mittlerer Ausgangsbelastung

40

UNIVERSITÄT
LUZERN

WEITERFÜHRENDE LITERATUR

- Fine, A. H., & Hediger, K. (2025). *Incorporating Animals into Psychotherapy. Guidelines and Suggestions for Therapists.* In: Fine, A. H., Mueller, M., Ng, Z., Chastain, G. T., & Tedeschi, P. Handbook on Animal-Assisted Therapy. Foundations and Guidelines for Animal-Assisted Interventions. London: Elsevier.
- Hediger, Beetz, Wohlfarth (2019). Tiergestützte Verhaltenstherapie. In Pfeifer, E. (Ed.). *Natur in Psychotherapie und Künstlerischer Therapie. Theoretische, methodische und praktische Grundlagen.* Giessen: Psychosozial-Verlag
- Hediger, K., Grimm, H., & Aigner, A. (2021). Ethics of Animal-Assisted Psychotherapy. In Trachsel, M., Gaab, J., Biller-Adorno, N., Tekin, S. & Sadler, J. (Eds), *The Oxford Handbook of Psychotherapy Ethics* (pp. 904-916). Oxford: The Oxford University Press.
- Hediger & Zink (2019). Pferdegestützte Traumatherapie. München: Ernst-Reinhardt Verlag
- Julius, H., Beetz, A., Kotrschal, K., Turner, D. C., & Uvnäs-Moberg, K. (2014). Bindung zu Tieren. Psychologische und neurobiologische Grundlagen tiergestützter Interventionen. Hogrefe.
- Levinson (revised by Mallon) (1997). Pet-oriented child psychotherapy.
- Parish-Plass (2013). Animal-assisted psychotherapy: Theory, Issues and Practice.
- Pottmann-Knapp (2013). Tiergestützte (Psycho)Therapie: Wissen für Diagnostik, Behandlung, Therapie, Prävention, Salutogenese, Resilienz, Förderung, Entwicklung und Begleitung.
- Prothmann (2008). Tiergestützte Kinderpsychotherapie.
- Winkler, V., & Hug, N. (2025). Tiergestützte Interventionen in der Psychiatrie: Grundlagen, Methoden, Praxis. Psychiatrie Verlag.

UNIVERSITÄT
LUZERN

VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT