Reden reicht nicht?

Einblicke in die Grundlagen und Praxis tiergestützter Veränderungsarbeit

Bettina Mutschler & Dr. Rainer Wohlfarth

1

Definition

Tiere arbeiten mit – verantwortet wird der Prozess von einer Fachperson

Tiergestützte Veränderungsarbeit meint …

Mitarbeit

kontinuierlich oder zeitweise

Tiere

eines oder mehrere

Prozess

im (psycho-) therapeutischen oder beraterischen Prozess oder Coaching

ACHTUNG

Es braucht immer eine:n Psychotherapeut:in, Coach, Berater:in

Der Mensch wird am Tier zum Ich.

Auf eine andere Art mit der Welt in Beziehung treten

Ein Beziehungsmodus,
eine lebendige, wechselseitige Verbindung

Die Beziehung zum Tier
verändert die Beziehung zur Welt

und damit auch

die Selbstbeziehung

Vier Wege, wie Tiere Beziehung ermöglichen

1

Entfremdungsabbau durch vorsprachliche Berührung

Tiere reaktivieren somatische Resonanzkanäle, die in der Psychotherapie schwerer erreichbar sind.

2

Das Tier als „resonanter Dritter“

Es entlastet die direkte (und potenziell bedrohliche) Klient-Therapeut-Achse und öffnet eine neue Resonanzachse – zurück in die Weltbeziehung.

3

Schutz vor Offenbarungsdruck

Psychotherapie fordert Offenheit, Vertrauen, Selbstauskunft. Tiere fordern nichts: ein beziehungsförderlicher Schonraum.

4

Natur als Resonanzachse

Naturbeziehung besitzt besonderes Tiefenpotenzial.

Ein Tier, das anders reagiert als Menschen, öffnet neue Bezugsrahmen

Tier reagiert anders als Menschen – daher …

- entstehen neue Bezugsrahmen und Glaubenssysteme
- verändern sich emotionale und kognitive Muster
- eröffnen sich neue Horizonte
- kommen Klient*innen aus Beschränkungen heraus

Beziehung: Die Haltung zum Tier entscheidet

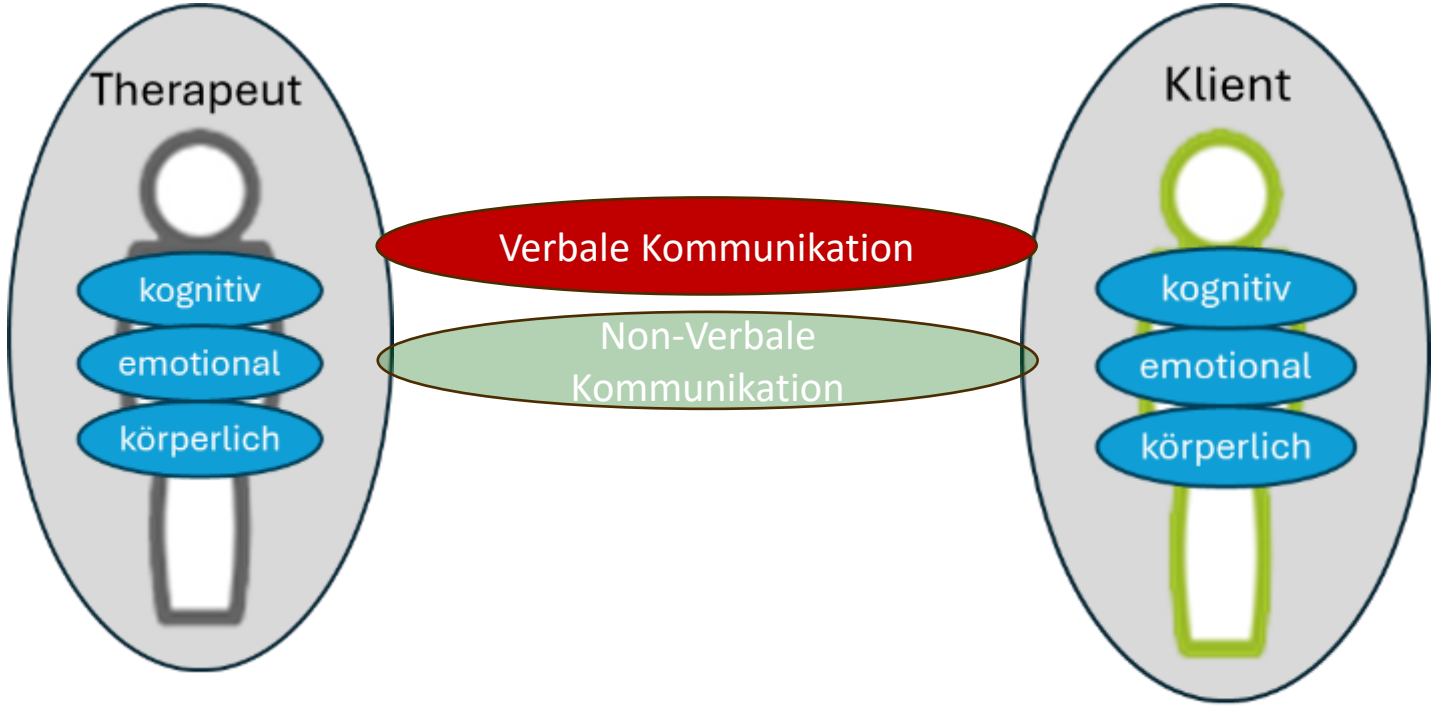
	Beziehung in tiergestützter Veränderungsarbeit
Grundhaltung	Begegnung auf Augenhöhe Anerkennung des Gegenübers
Antwort	Wechselseitig, authentisch, unvorhersehbar
Fokus	Prozess und Qualität des Moments
Transformation	Verändert beide Partner
Ethische Basis	Respekt vor der Unverfügbarkeit des Tieres

2

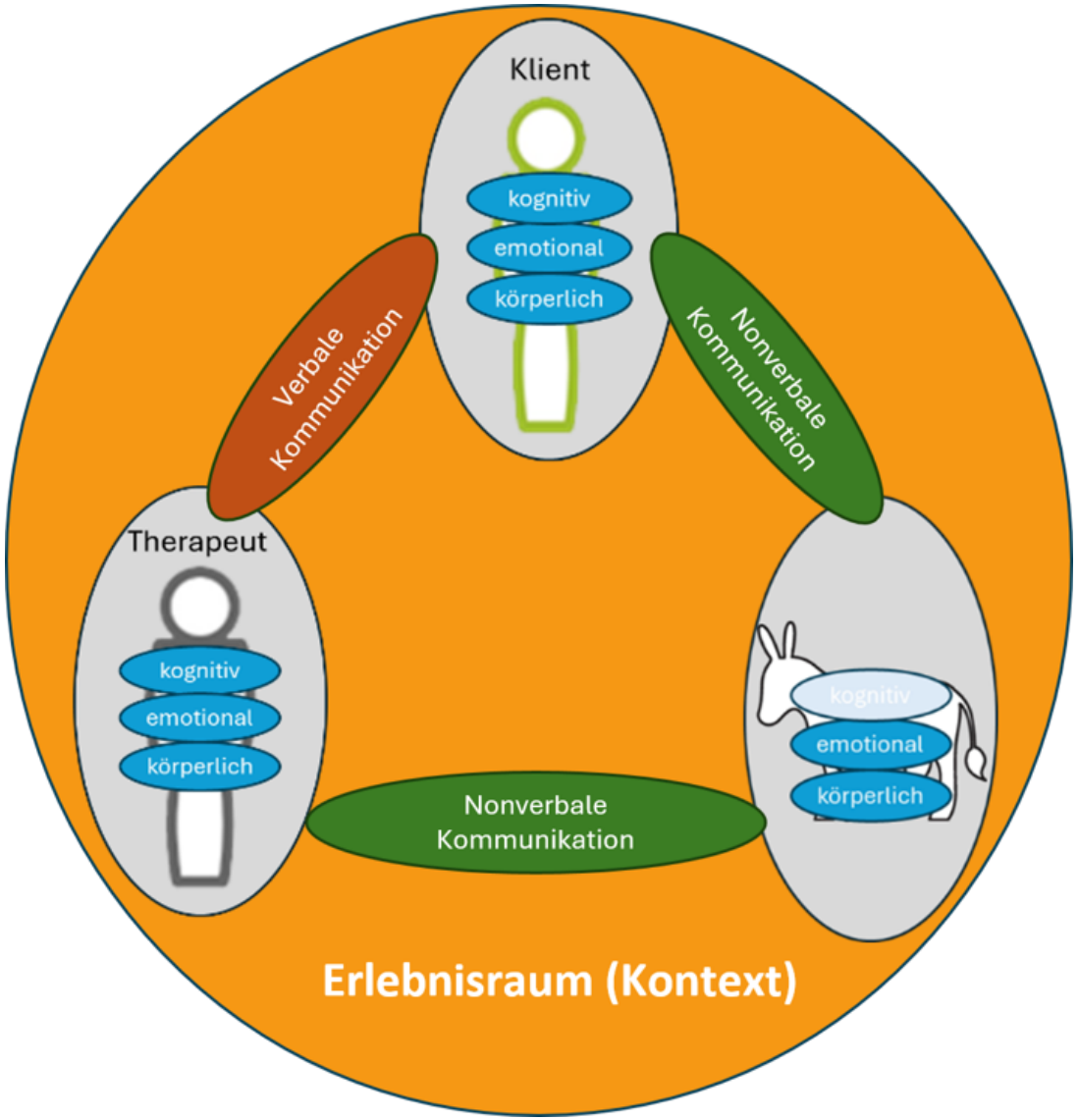
Triade

Klassische Veränderungsarbeit

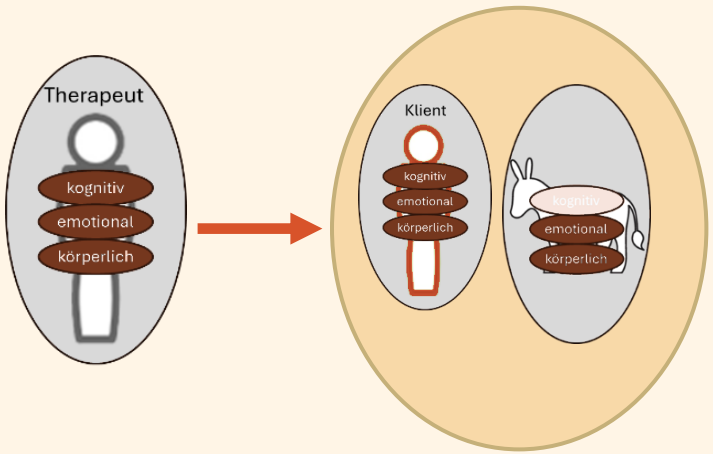
- findet in der **Dyade** statt



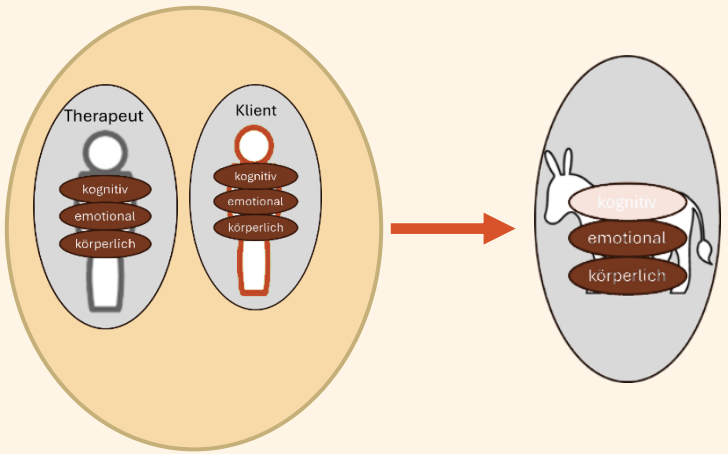
Veränderungsarbeit findet in der Triade statt – im gemeinsamen Erlebnisraum



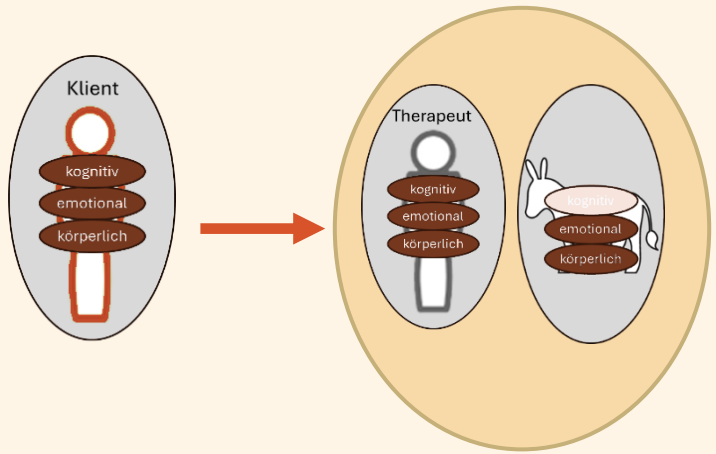
Interaktion in der Triade: Jede*r wirkt auf das Zusammenspiel der anderen beiden



Therapeut*in → Klient*in & Tier

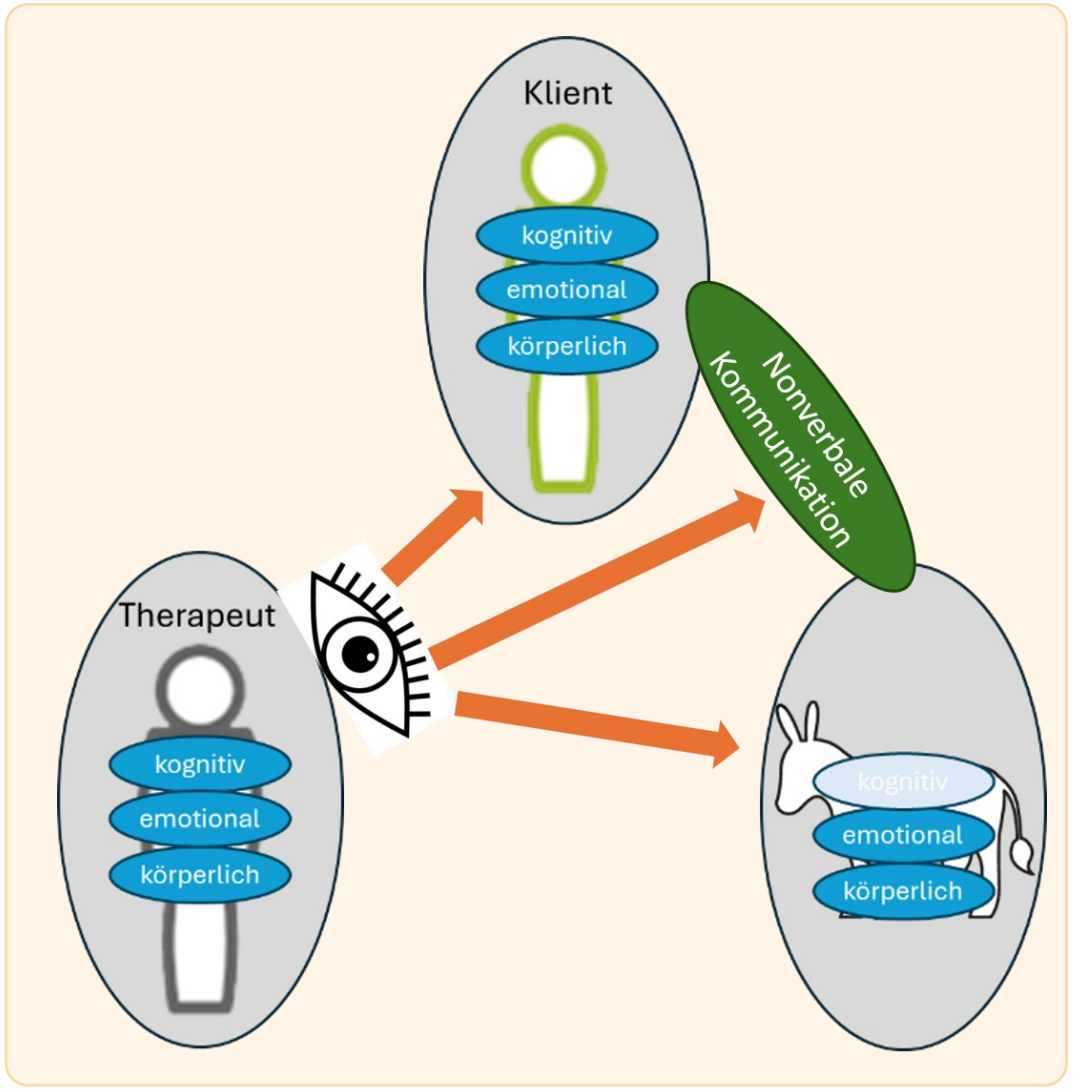


Therapeut*in & Klient*in → Tier



Klient*in → Therapeut*in & Tier

Das dritte Auge: Therapeut*in beobachtet die nonverbale Kommunikation



Übersetzen heißt: Hypothesen anbieten – nicht als Wissende*r deuten

Nonverbale Signale des Tieres in Worte übersetzen

Achtung: Die Rolle des Wissenden

„Ich bin der Wissende, ich kenne mein Tier und ich kann Dir genau erläutern, was Dir das Tier gerade sagen möchte.“

Stattdessen

Möglichkeiten
Angebote
Hypothesen

Zirkuläres Fragen

3

Beziehung der Systeme

Tiergestützte Veränderungsarbeit ist

systemisch

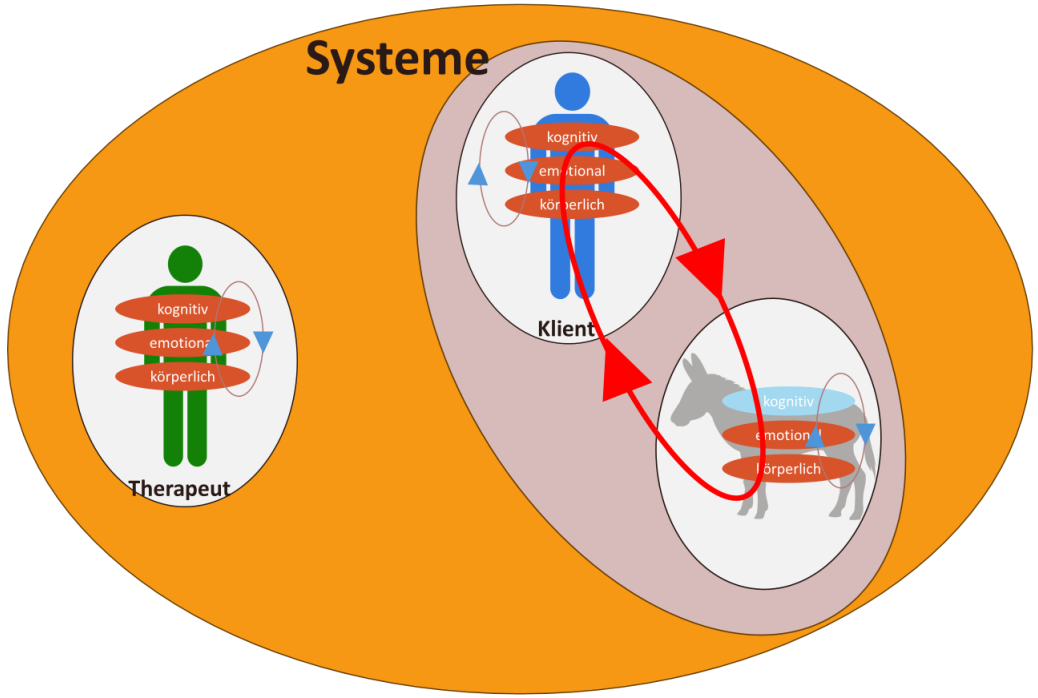
Therapeut – Klient – Tier Im gemeinsamen Erlebnisraum

vorwiegend non-verbal

Nonverbale Kommunikation ist vor allem verankert
im limbischen System und im Hirnstamm

eine Intervention auf einer Systemebene, die auf alle weiteren wirkt

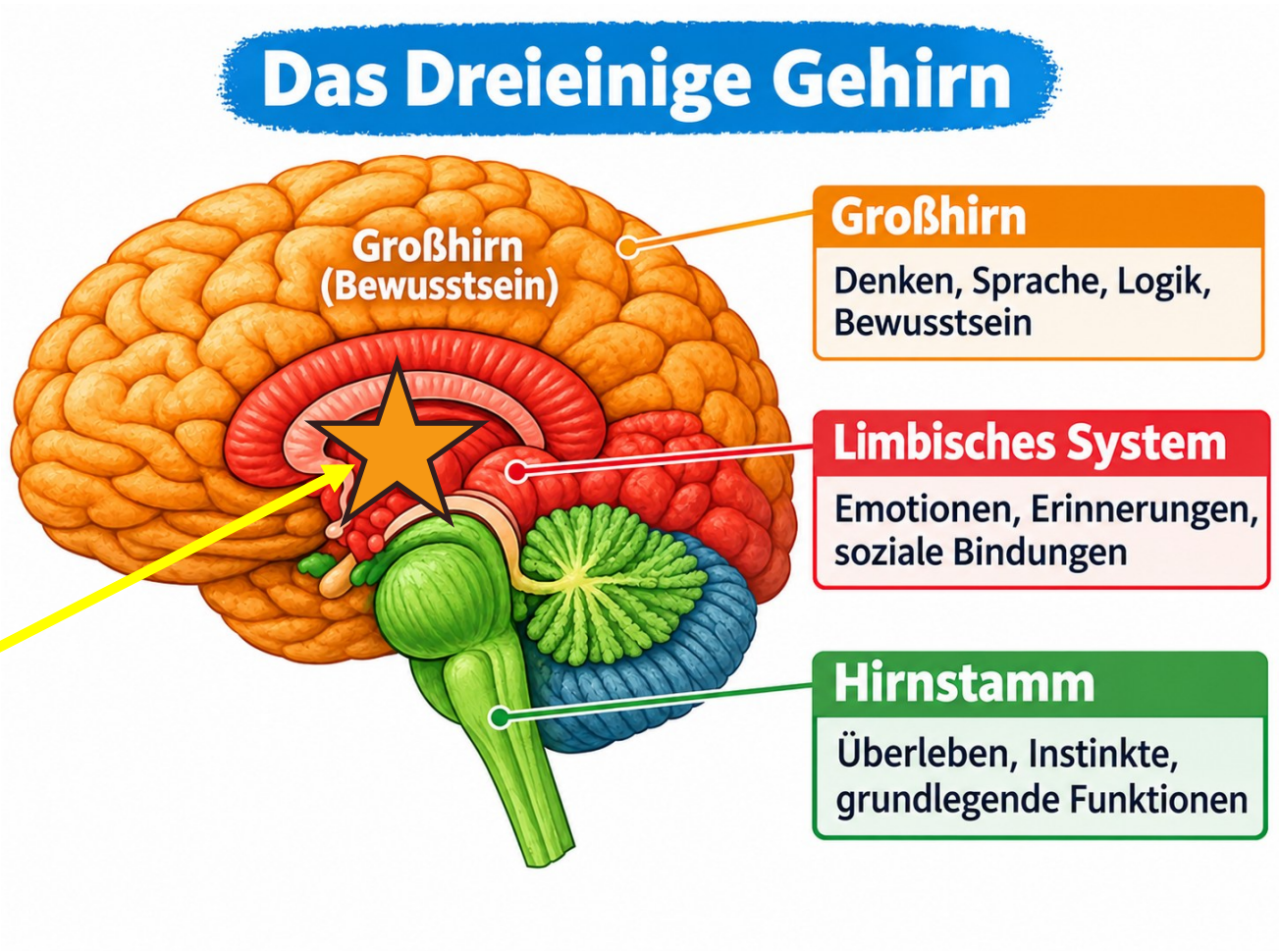
Körperliche Beruhigung → Veränderung Emotion → Veränderung Gedanken



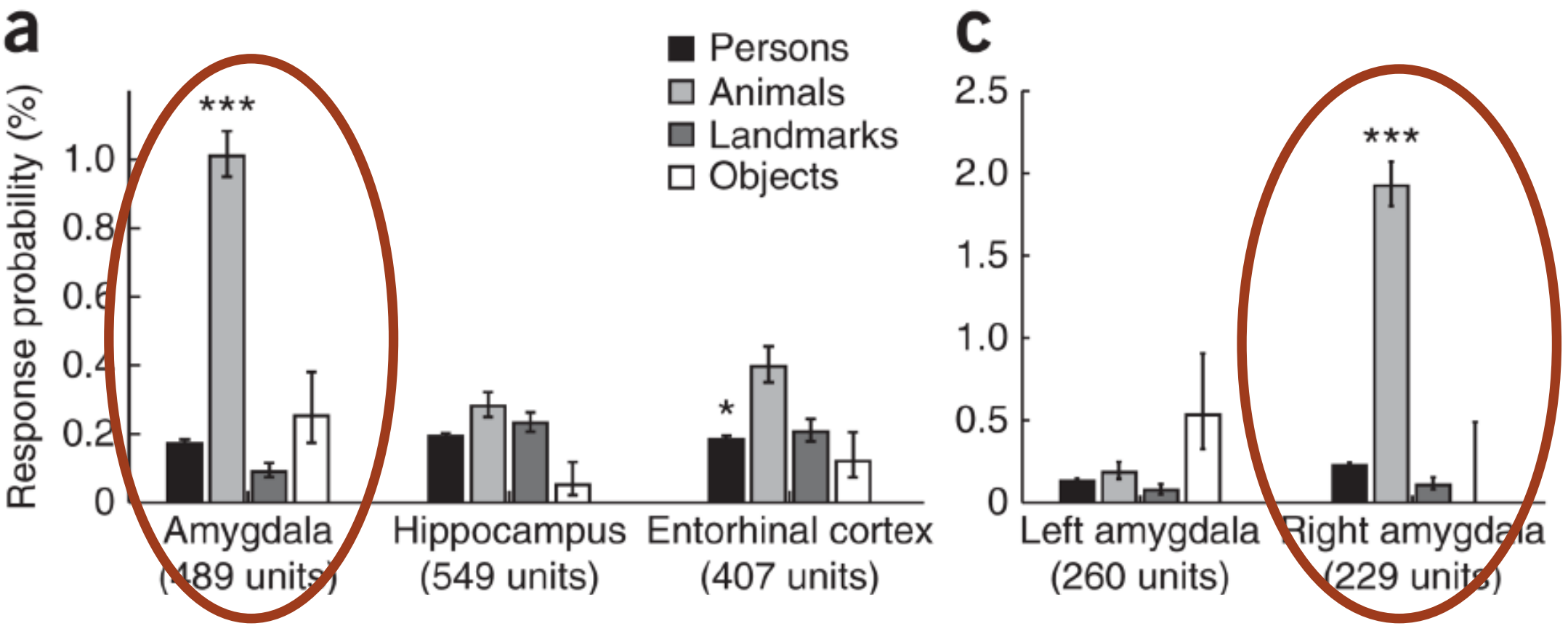
Die Person ist ein System – das Tier erreicht es über das limbische System

Person ist ein System

- kognitiv
- emotional
- körperlich



Gehirn reagiert auf Tiere



Mormann, F., Dubois, J., Kornblith, S., Milosavljevic, M., Cerf, M., Ison, M. et al. (2011). A category-specific response to animals in the right human amygdala. Nature Neuroscience, 14, 1247-1249.

Warum Tiere emotionale Blockaden lösen

*Klient*innen oft emotional „blockiert“ – Tiere überwinden diese Barrieren auf besondere Weise.*

Frei von Bewertung

Sicherheit → Offenheit

- Keine Bewertung nach Aussehen, Leistung, Behinderung oder Status
- Akzeptanz signalisiert dem limbischen System Sicherheit
- Ohne Alarm der Amygdala öffnet sich das Gehirn für Entwicklung und Lernen

Spiegelung von Emotionen

Feedback ohne Worte

- Direkte, unverfälschte Reaktion auf Körpersprache und unbewusste Emotionen
- Unmittelbare Rückmeldungsschleife ohne Worte

Aktivierung des Hippocampus

Emotion verankert Lernen

- Hippocampus: Gedächtnis und Lernen
- Positive Erlebnisse mit Tieren verankern Veränderungen tiefer
- Wirksamer als rein rationale Anweisungen

Körperkontakt & Ko-Regulation

Berührung beruhigt

- Streicheln fördert Oxytocin und senkt Stressmarker wie Cortisol
- Ruhige Atmung und Wärme des Tieres laden zur Ko-Regulation ein
- Dämpft die limbische Stressreaktion – Raum für therapeutische Arbeit

Veränderung entsteht unwillkürlich

Tiergestützte Veränderungsarbeit basiert

nicht auf logischem Denken,

sondern auf unwillkürlicher limbischer Aktivität.

Daher: Viele auftretende Gefühle und Gedanken sind nicht logisch erklärbar.

4

Der Kontext als Erlebnisraum

Erleben wird erzeugt!

1 **Welches Erleben möchte ich beim Klienten erzeugen?**

2 **Wie muss ich den Kontext gestalten, dass das entsprechende Erleben erzeugt wird?**

Das Tier verändert den Kontext – unbemerkt – und macht so Transformation möglich

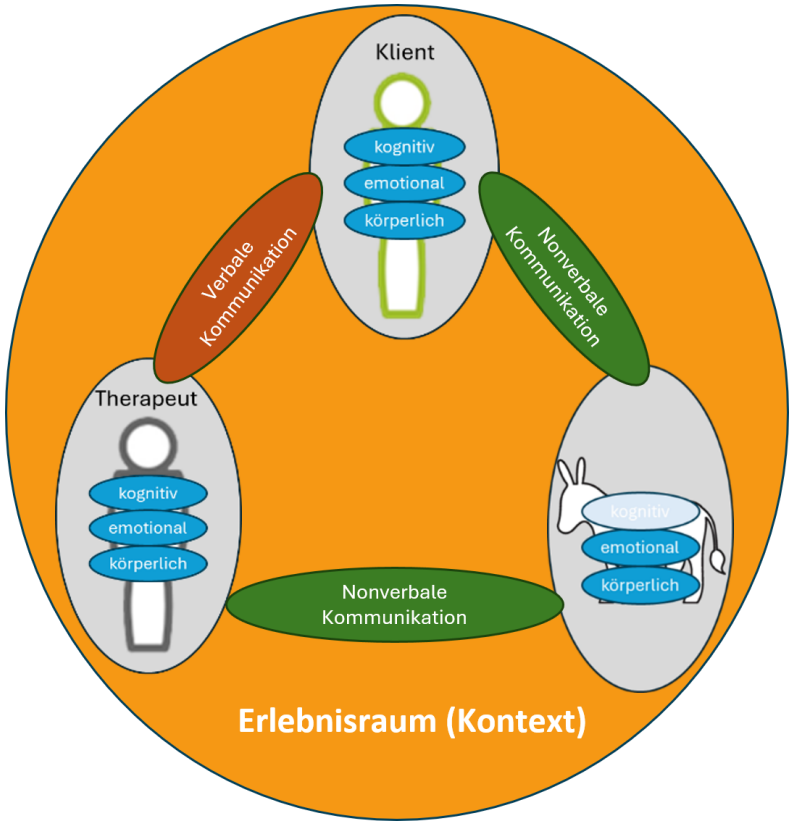
Mitarbeit von Tieren

↓

verändert den Kontext
unwillkürlich / unwissentlich (für den Klienten)

↓

so dass Transformation möglich wird.



Der Einfluss der Präsenz von Tieren im therapeutischen Setting auf die Wahrnehmung von Psychotherapeuten

Hoffmeister, Wohlfarth & Beetz, 2025

Ergebnisse

signifikante Unterschiede

- Attraktivität
- Offenheit
- Vertrauenswürdigkeit

Keine Unterschiede für

- Expertise
- Fähigkeit

Der Erlebnisraum wird je nach Klient*in anders gestaltet

	Fürsorge	Suchen – Apportieren	Kuscheln
Klient mit Bindungsstörung	Fürsorge wird von Bezugsperson übernommen: **Feinfühligkeit Hund gegenüber**	Freies Spiel: **Erleben des Zusammenseins**	Intensives **Kuscheln, Streicheln**
ADHS	Fürsorge wird **zusammen übernommen**	Strukturiertes Suchen – Apportieren: **Kind versteckt Gegenstände**	**Kuscheln**
Depression	Fürsorge durch Klienten: **Welche Bedürfnisse hat der Hund?**	Unbeschwert aktiv sein: **Was möchte der Klient machen?**	**Kuscheln, Streicheln**

Kleine, ungewohnte Schritte durchbrechen alte Muster

Ungewohnte Aufgaben

Ungewöhnliche Erfahrungen sammeln, um alte Muster zu durchbrechen

Minimale Veränderung

Kleine Veränderungen haben große Effekte

Aufmerksamkeit lenken: Verwirrung und Überraschung durchbrechen Muster

Aufmerksamkeitslenkung

weg von → hin zu

Verwirrung

Eingefahrene Denkmuster destabilisieren

Überraschung

Richtet Aufmerksamkeit und unterbricht Assoziationsmuster → Schöpferischer Moment

Körperliche Nähe

Tierliche Nähe hat
keine Hintergedanken
keine sexualisierte oder machtbezogene Bedeutung
verlangt keine Gegenleistung.

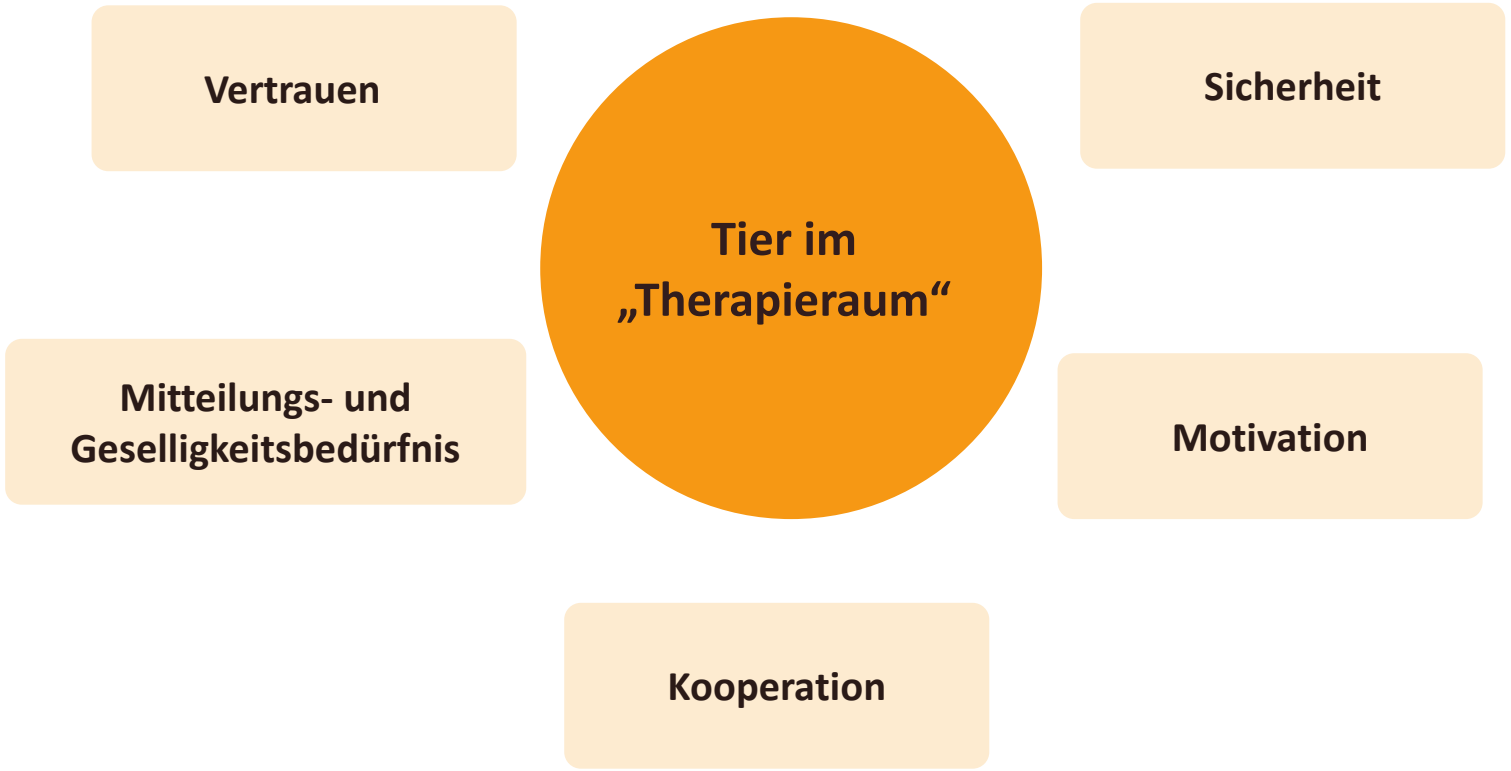
Beiläufig geschehende Veränderung lässt sich leichter annehmen

1. Probleme sind in Schemata eingebettet
2. Lösungen verlangen Verlassen des Schemas
3. Dies wird durch bewusste Aufmerksamkeit erschwert
4. **Akzeptanz steigt, wenn Veränderungen beiläufig geschehen**

Problemhaltung erschüttern

Neuorganisation herbeiführen

Tiere beeinflussen die Atmosphäre im „Therapieraum“ – die „Vorfeldfunktion“



Prothmann, A. (2007). Tiergestützte Kinderpsychotherapie. Frankfurt: Peter Lang.

5

Affizierung - Resonanz

Resonanz

Affizierung

(Beide) sich berühren und bewegen lassen

Selbstwirksamkeit

Tier und Klient antworten auf „empfangene“ Impulse selbstwirksam – beide Subjekte antworten

Ist nicht: Aneignung · Beherrschung · Kontrolle · Verfügbarkeit

Resonanz ist unverfügbar: Bedingungen lassen sich schaffen, das Ergebnis nicht

Unverfügbarkeit

Es ist nicht möglich, Resonanz willentlich herzustellen.
Es bedarf bestimmter psychischer, physischer, sozialer, räumlicher, zeitlicher Bedingungen.

Unvorhersagbarkeit

Ergebnis des Anwandlungsprozesses ist nicht vorhersagbar

Möglichkeit der Entfremdung

Instrumentalisierung des Tieres
Erwartung von Resonanz
Zeitdruck und Standardisierung
Entfremdung des Tieres (Burn-Out)

In Kontakt sein statt Kontakt haben

„Alles wirkliche Leben ist Begegnung.“

Martin Buber

Kontakt haben	In Kontakt sein

Im Setting der Veränderungsarbeit:

das Tier tatsächlich als **eigenständiges Du** anerkennen, das auf seine tierspezifische Art Kontakt zum Klienten aufnehmen kann

6

Gegenwartsmomente

Gegenwartsmomente: Beide begegnen sich im Hier und Jetzt

= Magische Momente · Boston Study Group, Stern (2005)

Augenblicke, in denen sich die Bewusstheit beider Interaktionspartner in der unmittelbaren Gegenwart begegnen.

„… die Vergangenheit die Gegenwart nicht ausblendet, indem sie einen großen Schatten über sie wirft“

„Kurzer, emotional gelebter Moment“
Grundbaustein psychisch bedeutsamer subjektiver Erfahrung

„… die Gegenwart nicht durch die Zukunft ausgelöscht wird“ (Stern, 2005)

Veränderungsarbeit ist gemeinsames Ausloten – ein Tanz der Einstimmung

„Zusammensein-mit-dem-Anderen“

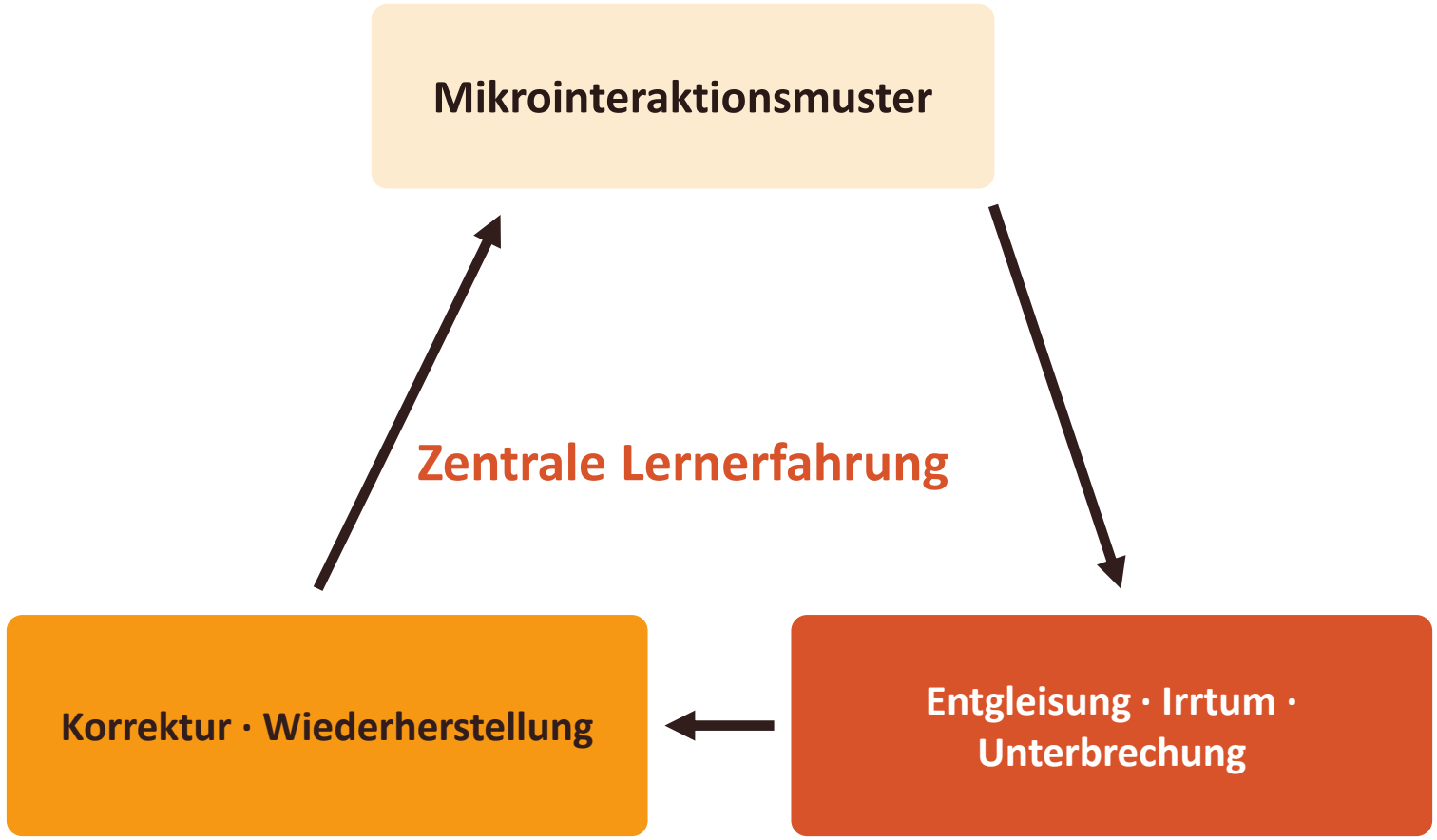
Die tiergestützte Veränderungsarbeit besteht aus einem gemeinsamen Ausloten der Interaktionsmöglichkeiten.

‚Gegenwartsgeschichte‘

eine Erzählung, die sich während des Kontaktes von Klient und Tier entwickelt

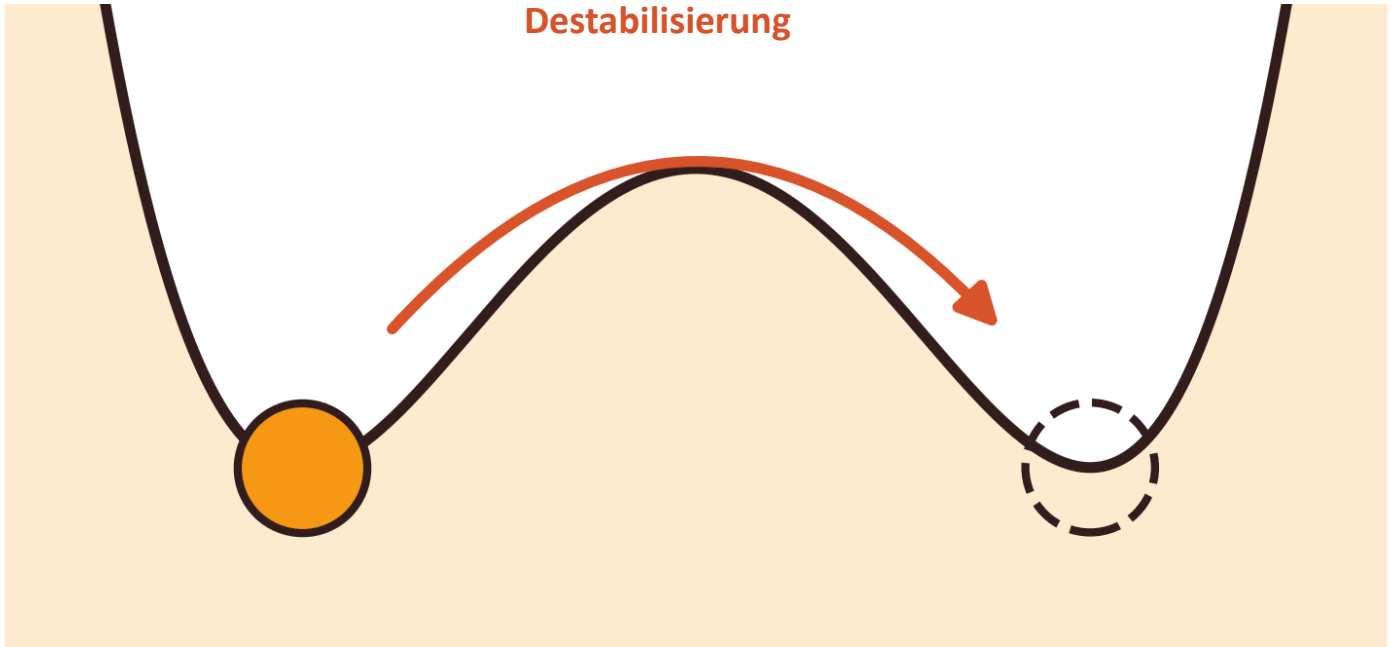
Auf einer Wellenlänge sein – Tanz der Einstimmung
Bessel van der Kolk

Entgleisung und Korrektur sind die zentrale Lernerfahrung



Ungenauigkeit destabilisiert und öffnet den Weg zu einem neuen Zustand

Ungenauigkeiten („sloppiness“) sind in dynamischen Systemen der Auslöser für Veränderungen



Die unerwartete Reaktion des Tieres erzeugt mikrokorrektive Erfahrungen

Unerwartete Reaktion des Tieres

↓

Klient gerät unwillkürlich in den Sog eines Systems mit unbekannten Spielregeln

↓

macht „mikrokorrektive emotionale Erfahrungen“

nicht nur angenehm: auch heftige oder unangenehme affektive Zustände = „erfahrungsbezogene Dissonanz“

Esel sind nicht stur, sondern meinungsstabil und charakterstark

7

Transformation

Ziel: eine „andere Welt“, in der Klient*innen Neues erproben können

befreit von bisherigen Denk- und Glaubensmustern

↓

eigene Potentiale explorieren

↓

neue Handlungen erproben

Die heilende Macht der Gemeinschaft erleben

Einstimmung · Improvisation · Freude · Berührung · in Kontakt sein

Methoden (1/2): Aufmerksamkeit, Ressourcen, Trance, Perspektivwechsel

Aufmerksamkeitsfokussierung

→ weg vom Problem, hin zu Möglichkeiten / Ressourcen

Ressourcenaktivierung

→ Stärken, Kompetenzen, Ausnahmen, gelingende Erfahrungen nutzbar machen

Trance & hypnotherapeutische Prozesse

→ innere Bilder, Körperwahrnehmung, unbewusste Lösungswege aktivieren

Systemische Perspektivwechsel

→ Muster, Beziehungen, Rollen und Wechselwirkungen neu betrachten

Methoden (2/2): Umdeuten, innere Anteile, Zielbilder, Mikroexperimente

Umdeutung (Reframing)

→ Symptome als sinnvolle Schutz- oder Lernstrategie verstehen

Arbeiten mit inneren Anteilen („innere Teams“)

→ Konflikte integrieren, Kooperation im Inneren fördern

Lösungsorientierung & Zielbilder

→ konkrete, attraktive Zukunftsbilder entwickeln („Woran merken Sie es?“)

Mikrointerventionen & Experimente

→ kleine Veränderungen im Alltag testen („Mini Schritte“)

Reden reicht nicht: Veränderung entsteht im Erleben – in Resonanz

1. Der Mensch wird am Tier zum Ich – ein Beziehungsmodus, eine besondere Form der Resonanz.
2. Die Arbeit findet in der Triade statt – im gemeinsamen Erlebnisraum.
3. Erleben wird erzeugt: Das Tier verändert den Kontext, so wird Transformation möglich.
4. Resonanz ist unverfügbar; Gegenwartsmomente und Entgleisung/Korrektur sind Lernerfahrungen.
5. Die Fachperson übersetzt – mit Hypothesen und der Haltung des Nicht-Wissens.

Fallbeispiel 1

- Streifenpolizistin
  - Traumatisiert im Einsatz (Gewalterfahrung)
    - Panikattacken bei Tatütata
    - Traut sich nicht mehr aus dem Haus
    - Keine Sozialkontakte außer Familie
    - Messer kann nicht im selben Raum sein wie sie
- Ziel:
  - Sie könnte nach einem Jahr an 3 von 7 Tagen „unter Menschen“ (einkaufen, Ausflug,..) wenn sie es möchte

Der Kontakt zu einem Lebewesen,
das körperliche und emotionale Sicherheit vermittelt,
auch die Sicherheit davor,
sich beschämt, gerügt oder verurteilt zu fühlen,
fördert den Mut,
psychische Verletzungen zu tolerieren,
sich damit auseinanderzusetzen und
sie zu verarbeiten.

(nach Bessel van der Kolk)