

Warum Tiere in Therapie und Pädagogik so wertvoll sind

Warum Tiere manchmal mehr bewirken als ein Therapeut oder Pädagoge

Warum Menschen den Kontakt zu Tieren suchen

Was uns mit Tieren verbindet

# Kapitel 1

## Mit Tieren in Kontakt treten

**V**ermutlich wissen oder ahnen Sie, die Sie dieses Buch in Händen halten, schon, dass tiergestützte Interventionen eine gute Idee sind. Wollen Sie mehr darüber wissen, warum das so ist? Dann finden Sie eine ganze Reihe guter Gründe in diesem Kapitel.

### Warum es eine gute Idee ist, mit Tieren zu arbeiten

Heute lebt über die Hälfte der Bevölkerung in Städten, wo Tierkontakt kein selbstverständlicher Teil des Alltags mehr ist. Trotzdem wünschen sich viele ein eigenes Haustier, und auch tiergestützte Therapien boomen.

Manchmal ist ein Tier sogar ein inniger Sozialpartner. Denn soziale Säugetiere – also auch wir Menschen – haben ähnliche Mechanismen entwickelt: Spiegelneuronen, Bindungssysteme, das Stresssystem und das »Kuschelhormon« Oxytocin spielen eine große Rolle. Diese biologischen Prozesse helfen zu erklären, warum Tiere so positive psychische, soziale und körperliche Effekte auf uns haben können.

Ein weiterer Pluspunkt der Arbeit mit Tieren: Tiere sprechen Menschen ganzheitlich an. Anders als digitale Kontakte, bei denen ein Bildschirm dazwischenliegt, fordert der Umgang mit Tieren die volle Präsenz – mit allen Sinnen, Emotionen und nonverbalen Signalen. Mit Tieren bewegen wir uns gezwungenermaßen im analogen »web of life«. Während in klassischen Therapien und im Unterricht überwiegend geredet wird, geschieht bei der Arbeit mit Tieren viel mehr – auf einer direkten, tiefgehenden Ebene.

## Biophilie: Die Natur steckt in uns

Schon Babys zeigen aus dem Kinderwagen begeistert auf Hunde, Vögel oder Katzen. Kein Wunder, dass neben »Mama« und »Papa« oft »Wauwau« zu den ersten Wörtern gehört! Dieses natürliche Interesse an Tieren und der Natur nennt sich *Biophilie* – ein Begriff, den die Biologen S. R. Kellert und E. O. Wilson geprägt haben.



Das Wort *Biophilie* kommt aus dem Griechischen und bedeutet »Liebe zum Leben« oder »Liebe zum Lebendigen«. Menschen lieben Natur – ganz automatisch. Sie fühlen sich von Natur, Pflanzen und Tieren angezogen, weil das tief ihnen steckt – quasi eingebaut ist in das menschliche Gehirn.

Egal ob Wälder, Seen oder Berge – viele Menschen suchen diese Orte zur Entspannung auf. Doch dieses Interesse ist mehr als nur eine Vorliebe, es ist tief in unserer Evolution verankert. Früher war es überlebenswichtig, auf Tiere und Natur zu achten: Wer Gefahren rechtzeitig erkannte oder gute Nahrungsquellen fand, hatte einen Vorteil.



Tiere waren für Menschen aber nicht nur Konkurrenten, Gefahr oder Warnsignale – sie wurden zu Helfern, Jagdbegleitern und Arbeitspartnern. Ohne sie wäre unsere Geschichte ganz anders verlaufen beziehungsweise ohne Tiere ist die Menschheitsentwicklung gar nicht vorstellbar! Und auch heute noch spüren wir dieses Erbe. Ob wir Kühe oder Pferde auf der Weide mit Grasbüscheln anlocken (trotz Verbotsschild) oder spontan fragen, ob wir einen fremden Hund streicheln dürfen – unsere Biophilie zeigt sich ständig.

Übrigens: Nicht nur wir Menschen sind biophil! Viele Tiere interessieren sich ebenfalls für andere Lebewesen – inklusive uns. Das steckt wohl in der Natur von uns allen!

Und haben Sie sich schon einmal gefragt, warum Sie sich automatisch entspannen, wenn ein Hund gemütlich neben ihnen döst oder Schafe friedlich auf einer Wiese grasen? Das ist kein Zufall! Dahinter steckt der sogenannte Biophilie-Effekt.

Und genau dieser natürliche Effekt sorgt dafür, dass wir uns sicher und entspannt fühlen, wenn Tiere in unserer Umgebung ruhig sind. Unser Gehirn nimmt unbewusst wahr: Wenn die Tiere entspannt sind, kann keine Gefahr drohen. Schließlich würden sie sonst nervös werden oder fliehen, wenn irgendwo ein Raubtier lauern würde. Auch Vogelgezitscher verstärkt dieses Gefühl der Sicherheit. Denn in einer gefährlichen Situation wären die Vögel eher still oder würden warnend rufen. Kurz gesagt: Ruhige Tiere signalisieren uns, dass alles in Ordnung ist – und das entspannt uns ganz automatisch.



### Eine Studie zu Tiervideos

In einer Studie wollten Forscher herausfinden, wie unterschiedlich unser Gehirn auf zwei Arten von bewegten Bildern reagiert: einerseits auf einfache, computergenerierte Bewegungsmuster und andererseits auf Videoclips von echten, lebenden Tieren in Bewegung. Dazu haben sie zwölf Personen

in einen fMRT-Scanner gelegt, also in eine Röhre, die misst, welche Teile des Gehirns gerade aktiv sind.

Die Teilnehmer bekamen in drei verschiedenen Tests entweder die künstlichen Muster, die Videos von Tieren oder beides im Wechsel gezeigt. Dabei konnten die Forscher sehen, welche Hirnregionen jeweils besonders aktiv waren.

Das Ergebnis: Wenn die Leute bewegte Tiere sahen, gingen in ihrem Gehirn deutlich mehr Lichter an – vor allem in Bereichen, die für Bewegung, Aufmerksamkeit, Objekterkennung und sogar Emotionen zuständig sind. Besonders auffällig war, dass bei den Tiervideos sogar die Amygdala aktiviert wurde – ein Teil des Gehirns, der eine große Rolle bei emotionalen Reaktionen spielt. Das passierte bei den einfachen Computermustern nicht.

Unser Gehirn springt viel stärker an, wenn wir echte, lebendige Wesen in Bewegung sehen – als würde es sagen: »Achtung, das könnte wichtig sein!« Das liegt wahrscheinlich daran, dass es aus evolutionärer Sicht sinnvoll war, besonders gut auf lebende, bewegte Dinge zu achten – etwa auf Tiere, die gefährlich oder nützlich sein könnten.

Unser Gehirn behandelt echte Tiere anders als abstrakte Computerbilder – und das merkt man sehr deutlich in der Hirnaktivität.

## Wir ticken wie Tiere: Evolutionäre Aspekte

Hätten Sie gedacht, dass Sie und Ihr Hund oder Ihr Meerschweinchen in vielerlei Hinsicht ähnlich ticken? Tatsächlich sind sich menschliche und nicht menschliche Tiere, vor allem sozial lebende Säugetiere, in ihrer Hardware (Gehirn und Nervensystem) und Software (Verhalten) oft erstaunlich nah.

- ✓ **Die Hardware:** Egal ob Mensch, Hund, Pferd oder Ratte – unser Gehirn, Nervensystem, Stresssystem, Hormone, Sinnesorgane, Muskeln und Skelett sind nach dem gleichen Bauplan gestaltet.
- ✓ **Die Software:** Auch im Verhalten gibt es viele Parallelen. Soziale Säugetiere haben Systeme für Bindung, Fürsorge, Freundschaften und Erkundung der Umwelt. Diese bewährten Programme haben sich über die Evolution hinweg durchgesetzt und helfen uns, miteinander zu interagieren – sogar über Artgrenzen hinweg!

Natürlich kann es auch mal zu Missverständnissen kommen – schließlich sprechen Mensch und Tier nicht exakt die gleiche Sprache. Aber mit genauer Beobachtung und Neugier gelingt die Kommunikation oft erstaunlich gut.

Ein besonders spannendes System ist das Bindungssystem: Schon Babys – egal ob menschlich oder tierliche – weinen, suchen Augenkontakt und Nähe, um Fürsorge zu erhalten.

Und Eltern reagieren intuitiv darauf. Dieses Prinzip funktioniert auch in der Mensch-Tier-Interaktion – natürlich angepasst, denn die »Klienten« in tiergestützter Therapie sind in der Regel keine Babys mehr.



Menschen und Tiere sind sich also sozial gar nicht so unähnlich. Der Verhaltensbiologe Kurt Kotrschal spricht vom »sozialen Werkzeugkasten«, der bei beiden ähnlich ausgestattet ist. Das bedeutet: Menschen und Tiere verstehen sich oft intuitiv, weil sie ähnliche »soziale Werkzeuge« nutzen. Genau deshalb können wir mit Tieren echte Beziehungen aufbauen. Dieses Wissen wird gezielt in Therapie und Pädagogik eingesetzt.

## Wir können uns gegenseitig erkennen – Spiegelneuronen

Haben Sie sich schon mal gefragt, warum Sie automatisch ihr Gesicht mit verziehen, wenn jemand neben Ihnen sich mit dem Hammer auf den Daumen haut? Oder warum Sie beim Gähnen oft mitgähnen müssen? Die Antwort darauf liegt in einer genialen Erfindung der Evolution: den *Spiegelneuronen*!



*Spiegelneuronen* sind spezielle Nervenzellen im Gehirn, die aktiviert werden, wenn wir eine Handlung beobachten – als würden wir sie selbst ausführen. Entdeckt wurden sie in den 1990er-Jahren von italienischen Forschern, die mit Affen experimentierten. Sie stellten fest: Bestimmte Neuronen feuern nicht nur, wenn der Affe selbst eine Bewegung macht, sondern auch, wenn er sieht, wie ein anderer Affe oder ein Mensch die gleiche Bewegung ausführt. Das war eine echte Sensation!

Ohne Spiegelneuronen wären Menschen ziemlich schlecht darin, die Gefühle anderer zu verstehen. Dank ihnen können Sie nachempfinden, was Ihr Gegenüber empfindet – sei es Schmerz, Angst oder Freude. Stellen Sie sich vor, Sie sehen jemanden, der sich beim Joggen den Fuß verstaucht. Ihre Spiegelneuronen lassen Sie das fast mitfühlen! Sie sind auch der Grund, warum wir uns bei romantischen Filmszenen rühren lassen oder warum uns andere Menschen mit ihrer guten Laune anstecken können.

Nicht nur Menschen haben Spiegelneuronen, sondern auch viele Tiere, besonders soziale Arten wie Hunde, Pferde oder Affen. Deshalb reagieren wir oft intuitiv auf Tiere: Wenn ein Hund aufhaut, weil er sich verletzt hat, spürt sein Besitzer sofort Mitgefühl. Oder wenn Kühe im Frühling ausgelassen auf der Weide herumspringen, lächeln viele Menschen automatisch mit.



Aber Achtung: Die Wirkung geht in beide Richtungen! Ein entspannter Hund in der Therapie kann einem nervösen Menschen helfen, sich zu beruhigen. Doch wenn ein ängstlicher Mensch mit einem sensiblen Tier interagiert, kann die Unruhe auch auf das Tier überspringen. Deswegen lernen Profis im tiergestützten Arbeiten, wie sie solche Situationen meistern.



## Verhaltenssynchronisation bei Tieren

Forscher wollten herausfinden, ob Hunde automatisch das Verhalten ihrer Menschen nachahmen – also zum Beispiel mit ihnen mitgehen, stehen bleiben oder in dieselbe Richtung schauen. Und ja: Hunde passen ihre Bewegungen oft spontan dem Menschen an – sogar ohne Leine. Dieses Verhalten nennt man Verhaltenssynchronisation.

Eine mögliche Erklärung ist, dass Hunde so etwas wie Spiegelneuronen haben – also Nervenzellen, die aktiv werden, wenn sie etwas tun und wenn sie jemanden dabei beobachten. Das könnte erklären, warum Hunde sich so stark an menschliches Verhalten anpassen.

Es könnte aber auch sein, dass Hunde das einfach durch Lernen und Belohnung verinnerlicht haben. Ob wirklich Spiegelneuronen im Spiel sind, ist noch nicht bewiesen – dafür bräuchte es Studien direkt im Hundehirn.

Hunde verhalten sich oft so, als würden sie mit uns »mitschwingen«. Ob das instinktiv oder gelernt ist, bleibt offen – zeigt aber, wie eng die Bindung zwischen Mensch und Hund sein kann.

## Mit Tieren im Hormonrausch

Woran liegt es eigentlich, dass wir uns so gut fühlen, wenn wir mit Tieren kuscheln? Die Antwort: *Oxytocin* ! Dieses Hormon ist sozusagen die Geheimwaffe unseres Körpers für Entspannung, Verbundenheit und Wohlfühlen. Manche nennen es auch das »Bindungshormon« – und das nicht ohne Grund.



Oxytocin kommt immer dann ins Spiel, wenn es um Nähe und Vertrauen geht: bei frischgebackenen Müttern, die ihr Baby stillen, bei Verliebten, die sich tief in die Augen schauen, und – jetzt wird's spannend – auch wenn Sie mit Tieren interagieren! Es sorgt für Stressabbau, gute Laune und weniger Angst. Kurz gesagt: Oxytocin ist das Hormon, das Ihnen das Gefühl gibt, dass alles gut ist.

Und was hat das jetzt mit Tieren zu tun? Studien zeigen: Schon wenige Minuten Streicheleinheiten mit einem Hund reichen aus, um den Oxytocinspiegel im Körper ansteigen zu lassen. Ist es der eigene Hund, geht es sogar noch schneller – ein liebevoller Blickkontakt genügt, und zack: Oxytocinboost! Das Beste daran: Es funktioniert nicht nur bei Ihnen, sondern auch beim Hund. Ja, Ihr Vierbeiner fühlt sich bei Ihnen genauso wohl wie Sie sich bei ihm.

Besonders intensiv wirkt der Oxytocinkick übrigens bei Tierbabys. Das Kindchenschema – große Augen, tapsige Bewegungen, flauschiges Fell – spricht automatisch unser Fürsorgesystem an. Eine Stunde mit Welpen spielen? Oxytocinrausch garantiert!

Kein Wunder also, dass die Mensch-Tier-Interaktion so viele positive Effekte hat. Die Aktivierung des Oxytocinsystems ist dabei nur ein Puzzlestück, aber definitiv ein sehr wichtiges. Also, viel Kuscheln und Streicheln? – Ihr Oxytocinspiegel wird es Ihnen danken!

Wenn wir uns geborgen fühlen, ist oft Oxytocin im Spiel – zum Beispiel beim Kuscheln mit Tieren. Dieses Hormon sorgt für Wohlbefinden, hat aber auch viele andere wichtige Aufgaben im Körper. Durch sanfte Berührungen und Streicheleinheiten werden sowohl Serotonin als auch Oxytocin freigesetzt. Die Folge: Der Puls verlangsamt sich, die Atmung wird ruhiger, und Anspannung lässt nach. Wir fühlen uns entspannt und sicher.

Oxytocin spielt eine große Rolle in unseren sozialen Beziehungen. Es stärkt die Bindung zu anderen Menschen und sorgt für Vertrauen und Nähe. Aber das Hormon kann noch mehr: Es hemmt die Ausschüttung des Stresshormons Cortisol. Ein hoher Cortisolspiegel schwächt das Immunsystem – das bedeutet, dass Kuscheln indirekt unsere Abwehrkräfte stärkt.

Auch unser Schmerzempfinden wird durch Oxytocin beeinflusst. Zudem kann es Ängste lindern und helfen, depressive Verstimmungen zu mildern. Kurz gesagt: Oxytocin tut Körper und Seele gut.

## Du-Evidenz: Wenn Mensch und Tier sich wirklich begegnen

Viele Menschen schreiben ihren Haustieren einen Status wie einem eigenständigen Familienmitglied zu. Sie meinen, menschliche Züge in ihnen zu erkennen und behandeln sie als handlungsfähige Individuen, als Gegenüber mit Geist und Seele. Damit ist auch klar, zu Tieren ist eine »Ich-Du-Beziehung« möglich, ein »Im-Kontakt-Sein«. Menschen sehen Tiere als Freunde oder Vertraute an. Es ist nicht nur ein Nebeneinander von Mensch und (Haus-)Tier, sondern ein Miteinander mit tierlichen Gefährten.



*Du-Evidenz* bedeutet, dass Menschen ein Tier nicht einfach wie ein Ding oder eine Sache sehen, sondern wie ein echtes Gegenüber – wie ein »Du«. Man erkennt: Das Tier hat Gefühle, einen eigenen Willen und eine Persönlichkeit, genau wie ein Mensch. Es ist nicht nur ein Haustier oder Besitz, sondern ein Lebewesen mit eigenen Bedürfnissen. Wenn man *Du-Evidenz* besitzt, behandelt man das Tier wie einen Freund oder Partner, nicht wie ein Objekt. Man nimmt es ernst, hört auf seine Signale und siehst es als jemand, nicht als etwas.

Denn Tiere »berühren« uns auf ihre eigene Weise. Und das nicht nur körperlich, sondern auch emotional und sozial. Genau darum geht es bei der *DU-Evidenz*.

Damit eine Verbindung zwischen Mensch und Tier entstehen kann, müssen sich beide als Individuen wahrnehmen – als Wesen mit eigenen Empfindungen, Reaktionen und Kommunikationsweisen. Das funktioniert sogar über Artgrenzen hinweg! Natürlich drücken sich Menschen anders aus als Tiere, aber das bedeutet nicht, dass keine Verständigung möglich ist.

Eine enge Beziehung zu einem Tier geht weit über das tägliche Füttern oder Gassi-Gehen hinaus. Es geht um eine enge emotionale und soziale Beziehung, man könnte sagen eine Herzensbeziehung, die durch Vertrauen, gemeinsame Erfahrungen und gegenseitiges Verstehen wächst. Das Tier wird zum Gefährten, erhält einen Namen und wird in seiner Individualität gesehen. Auch werden seine Bedürfnisse innerhalb der Gemeinschaft genauso berücksichtigt wie die der Menschen.

Dabei bringt der Mensch seine Emotionen und sein Denken in die Beziehung ein, während das Tier auf seine eigene, arttypische Weise reagiert. Mit der Zeit kann so eine tiefe Verbundenheit entstehen, bei der sich beide immer besser aufeinander einstellen.

Problematisch wird es jedoch, wenn Menschen Tieren menschliche Eigenschaften an-dichten – als wären sie Menschen mit Fell. Dies nennt man Anthropomorphismus. Dies führt oft zu Missverständnissen, weil Tiere eben nicht so denken, fühlen oder Handeln wie Menschen. Und kann zum Problem werden, da dann übersehen wird, was Tiere wirklich brauchen.



## Anthropomorphismus

Der Begriff *Anthropomorphismus* meint Vermenschlichung. Bezeichnet wird damit eine Übertragung von menschlichen Verhaltensweisen und Eigenschaften auf Tiere. Diese Übertragung menschlicher Eigenschaften beginnt schon in der Kindheit. Hier werden Stofftiere und anderes Spielzeug von Kindern sehr gerne mit Eigenschaften belegt, die sie alltäglich erfahren. »Das mag er nicht – das tut ihm weh«, ist eine häufige Aussage, die Kinder verwenden, um die Gefühlswelt ihrer Lieblingskuscheltiere zu interpretieren. Auch im alltäglichen Umgang mit Haustieren geschieht es zwangsläufig, dass die tierlichen Verhaltensweisen mit einem menschlich vertrauten Gefühl beschrieben werden, das zum jeweiligen Verhalten des Tieres passt. Ein typisches Beispiel ist der mit dem Schwanz wedelnde Hund, dem Freude zugeschrieben wird.

Eine solche Vermenschlichung ist nicht von vornherein schlecht, vielmehr ist es ein Prozess, der Menschen erlaubt, mit Tieren in Beziehung zu treten. Denn wir können nicht anders, als Tiere mit unseren menschlichen Vorstellungen und Begriffen zu beschreiben. Daher ist Anthropomorphisieren durchaus legitim und vielleicht sogar der einzige Weg für Menschen, die Bedürfnisse, Verhaltensweisen und Intentionen von Tieren, oft einigermaßen korrekt, zu verstehen.

Problematisch wird es dann, wenn die Vermenschlichung auch die Bedürfnisse des Tieres mit uns auf eine Stufe stellt, zum Beispiel wenn wir unseren Tieren Kleidung anziehen oder ihnen etwas zu essen anbieten, das ihnen nicht guttut. Auch kann eine allzu starke Vermenschlichung zu Missverständnissen zwischen Menschen und Tieren führen (Beispiel: »Der will nur spielen!«).

## Bindung – Wie Nähe, Vertrauen und Beziehungen wirklich funktionieren

Bindungen sind für uns Menschen essenziell – und das ein Leben lang. Der Bindungsforscher John Bowlby brachte es auf den Punkt: »Von der Wiege bis zum Grab.« Schon in der frühen Kindheit sorgt das Bindungssystem dafür, dass Babys Schutz und Versorgung erhalten. Doch Bindungen bleiben auch im späteren Leben zentral, denn sie helfen uns, Stress und Krisen zu bewältigen. Menschen brauchen verlässliche Beziehungen, um psychisch gesund zu bleiben.

Aber warum sollten wir Bindungen zu Tieren aufbauen? Schließlich geht es dabei nicht ums Überleben wie bei einem Neugeborenen. Doch wenn es um die Regulation von Stress, emotionales Wohlbefinden und ein Gefühl von Sicherheit geht, spielen Tiere durchaus eine wichtige Rolle. Um das zu verstehen, lohnt sich ein genauerer Blick auf die Funktion von Bindungen im Leben.

### Bindung und Stressregulation

Wenn es einem Kind nicht gut geht, zeigt es automatisch Bindungsverhalten – es sucht Blickkontakt, weint, schreit, krabbelt hinterher oder ruft nach seinen Eltern. All das dient einem einzigen Zweck: Schutz und Fürsorge zu bekommen. Im Tierreich ist es meist die Mutter, die diese Rolle der Bindungsfigur übernimmt, das Kind schützt und versorgt, daher wird hier diese Bezeichnung verwendet, auch wenn natürlich andere Erwachsene ebenso Bindungsfiguren darstellen können.



*Bindung* (englisch: attachment) bedeutet, dass ein Kind von Anfang an das starke Bedürfnis hat, nah bei vertrauten Menschen zu sein, vor allem bei der Mutter oder Hauptbezugsperson. Laut dem Psychologen John Bowlby ist das ein angeborener Urtrieb – ähnlich wie Hunger oder Schlaf. Babys suchen instinktiv Schutz und Nähe, weil das ihr Überleben sichert. Dieser Prozess läuft schon sehr früh im Leben ab.

Die Psychologin Mary Ainsworth ergänzte, dass Bindung wie ein inneres Verhaltenssystem funktioniert. Es sorgt dafür, dass das Kind bei seiner wichtigsten Bezugsperson bleibt. Diese Nähe gibt dem Kind nicht nur Schutz, sondern hilft ihm auch beim Lernen und Entdecken. Wenn sich ein Kind sicher fühlt, weil die Bindungsperson da ist, traut es sich, die Welt zu erkunden – das nennt man Explorationsverhalten.

Es gibt Unterschiede zwischen den Spezies, aber das Prinzip ist ähnlich: Reagiert die Mutter schnell, angemessen und zuverlässig – tröstet, wenn Trost nötig ist, füttert, wenn das Kind Hunger hat – dann wird das Bindungsverhalten deaktiviert, das heißt es hört auf.

Was löst Bindungsverhalten beim Kind aus? Meist unangenehme Zustände wie Angst, Schmerz, Hunger, Müdigkeit oder Kälte oder andere mögliche Gefahren. Der Kontakt zur Mutter gibt dann ein Gefühl von Sicherheit, Geborgenheit und Wohlbefinden und ihre Fürsorge stellt das negative Befinden ab, indem sie füttert, wärmt oder in den Schlaf wiegt. Mit

der Zeit entsteht daraus ein grundlegendes Vertrauen – nicht nur in die Mutter, sondern auch in andere enge Bezugspersonen. Das Kind entwickelt das sogenannte Urvertrauen. Und das hört nicht in der Kindheit auf! Auch ältere Kinder, Jugendliche und Erwachsene suchen in stressigen Situationen den Kontakt zu wichtigen Bezugspersonen wie Vater, Großeltern oder engen Freunden – einfach, weil es hilft, Stress besser zu bewältigen.

## Sichere und unsichere Bindung

Damit das ganze Bindungssystem gut funktioniert, muss ein Baby lernen: Meine Bedürfnisse werden zuverlässig erfüllt. Das passiert durch wiederholte, feinfühligere Reaktionen der Mutter oder anderer Bindungspersonen. Wenn das Kind diese Erfahrung macht, entsteht eine sichere Bindung – und dieses Vertrauen in andere wird im Unbewussten verankert.

Eine sichere Bindung führt dazu, dass Menschen darauf vertrauen, Unterstützung zu bekommen, wenn sie sie brauchen. Sie wissen: Es lohnt sich, Nähe und Hilfe aktiv zu suchen. Doch in westlichen Gesellschaften haben heute nur noch etwas mehr als 50 Prozent der Bevölkerung eine solche sichere Bindungsrepräsentation. Schaut man sich Gruppen mit psychischen Erkrankungen oder Verhaltensauffälligkeiten an, steigt der Anteil unsicherer Bindungen sogar auf bis zu 90 Prozent.

Unsichere Bindungsmuster lassen sich oft schon im Alter von einem Jahr beobachten. Kinder mit unsicherer Bindung suchen in stressauslösenden Situationen entweder keinen Trost, Schutz oder Fürsorge mehr bei der Mutter – oder der Kontakt hilft ihnen nicht, ihren Stress abzubauen. Diese Muster führen zu einer insgesamt höheren Stressbelastung, schlechteren Bewältigungsstrategien und einem fehlenden Grundvertrauen in soziale Unterstützung.



Zudem können Menschen Bindungstraumata erleben. Hierbei löst die Bindungsperson selbst Angst aus oder ist so verängstigt, dass sie dem Kind nicht helfen kann, wenn es sie gerade braucht. Werden solche bindungstraumatischen Situationen nicht durch andere positive Erlebnisse oder später durch Reflexion verarbeitet, so beeinflussen sie die psychische und soziale Entwicklung negativ. Denn in stressigen Situationen erhöht dann die Anwesenheit der Bindungsperson den Stress sogar, anstatt ihn zu reduzieren. Menschen mit unverarbeiteten Bindungstraumata haben ein deutlich erhöhtes Risiko für psychische Erkrankungen – und deshalb begegnen sie Fachkräften in Psychotherapie oder Pädagogik besonders häufig.

## Bindung zu Tieren

Tiere haben in der Therapie einen entscheidenden Vorteil: Menschen übertragen ihre unsicheren Bindungsmuster nicht automatisch auf sie. Bei anderen Menschen passiert das dagegen schon.

Unsere Bindungserfahrungen aus der Kindheit beeinflussen, wie wir an neue Beziehungen herangehen – ob zu Erziehern, Lehrkräften, romantischen Partnern oder Therapeuten. Wer unsicher gebunden ist, tut sich schwer damit, Unterstützung von diesen Personen anzunehmen, und kann sie nicht nutzen, um eigenen Stress zu reduzieren. Dass Klienten in Therapie

und Pädagogik sich aber wenigstens halbwegs wohlfühlen und entspannt sind, ist immens wichtig! Denn Stress und Angst behindern Lernprozesse.

Gerade Klienten mit besonderen Bedürfnissen erleben in pädagogischen oder therapeutischen Settings häufig Stress:

- ✓ Traumapatienten haben Angst davor, sich mit belastenden Erlebnissen auseinanderzusetzen.
- ✓ Schüler mit Lernschwierigkeiten fühlen sich unter Druck gesetzt, weil sie in bestimmten Fächern schlechtere Leistungen erbringen als ihre Mitschüler. Sie schämen sich und haben Angst davor, vor anderen zu lesen oder zu rechnen.
- ✓ Klienten wissen um ihre schambesetzten Themen und sich mit ihnen auseinanderzusetzen, erzeugt Stress!



### Tiere bauen Stress ab – nachgewiesenermaßen

Dass Tiere Stress abbauen können, ist nicht nur eine schöne Vorstellung – es gibt auch handfeste Beweise dafür! Eine Studie untersuchte Jungen im Alter von 7 bis 12 Jahren mit unsicheren Bindungsmustern. Die Kinder mussten sich einer stressauslösenden Aufgabe stellen: Sie sollten eine Geschichte erfinden und sie vor drei Fremden und einer Kamera erzählen. Zusätzlich mussten sie Kopfrechenaufgaben lösen – eine echte Herausforderung für die Nerven!

Die Jungen wurden in drei Gruppen aufgeteilt:

- ✓ Hundegruppe – Jedes Kind hatte einen freundlichen Hund an seiner Seite.
- ✓ Stofftiergruppe – Die Kinder bekamen stattdessen ein Plüschtier.
- ✓ Menschengruppe – Hier wurden die Kinder von einer freundlichen Studentin begleitet.

Alle Aufgaben wurden einzeln durchgeführt. Um den Stresspegel zu messen, entnahm man vor und nach der Herausforderung Speichelproben und analysierte das Stresshormon Cortisol.

Das Ergebnis? Die Jungen mit Hund hatten deutlich geringere Stressreaktionen als die anderen beiden Gruppen! Und noch etwas fiel auf: Je mehr Zeit ein Junge im Körperkontakt mit dem Hund verbrachte, desto niedriger war sein Cortisolspiegel. Der Hund wirkte also nicht nur beruhigend, sondern half auch dabei, den Stress abzumildern und nach der Aufgabe schneller abzubauen.

Studien zeigen, dass ein freundlicher Hund hier einen entscheidenden Unterschied machen kann – unabhängig davon, welche Bindungserfahrungen eine Person in der Kindheit gemacht hat. Viele Menschen streicheln instinktiv einen Hund, wenn sie gestresst sind, oder der Hund legt sich beruhigend auf ihre Füße. Dadurch steigt der Stresspegel in schwierigen Situationen weniger stark an.

Diese Kombination aus weniger Stress und der Aktivierung von Oxytocineffekten schafft ideale Bedingungen für Therapie und Pädagogik – denn wer sich sicher und entspannt fühlt, kann besser lernen und sich weiterentwickeln.

Menschen bringen ihrem Tier unabhängig von ihrer Bindungserfahrung mit anderen Menschen oft großes Vertrauen entgegen. Viele wenden sich instinktiv an ihr Tier, wenn es ihnen schlecht geht, und suchen Körperkontakt – ganz ähnlich wie in sicheren Bindungen zwischen Menschen. Besonders bemerkenswert: Gegenseitiger Körperkontakt, der von beiden Seiten als angenehm empfunden wird, ist ein typisches Merkmal sicherer Bindungsbeziehungen – und genau das findet sich auch in der Mensch-Tier-Beziehung.

## Tiere geben uns die Möglichkeit, Fürsorge zu zeigen

Tiere sind nicht nur Seelentröster, sondern auch eine Chance für uns, Fürsorge zu zeigen. Menschen wenden sich an Tiere, wenn sie Trost oder emotionale Regulierung brauchen – doch gleichzeitig kümmern sie sich auch aktiv um ihre Tiere. Dahinter steckt das Fürsorgeverhaltenssystem, das bei Erwachsenen das Gegenstück zum Bindungssystem des Kindes bildet.

Wenn die Fürsorge gelingt – ein Kind hört auf zu weinen, weil es getröstet wird, oder ist nach dem Füttern satt und zufrieden – wird Oxytocin ausgeschüttet. Dieses Hormon sorgt für ein starkes Gefühl der Verbundenheit. Kein Wunder also, dass Eltern trotz schlafloser Nächte bei der Versorgung ihres Nachwuchses dabeibleiben. Der Körper belohnt sie mit einem positiven Gefühl!

Ganz ähnlich funktioniert das in der Beziehung zwischen Mensch und Tier. Besonders wenn es um Jungtiere geht, springt unser Fürsorgeinstinkt automatisch an – das berühmte Kindchenschema löst eine sofortige »Oh, wie süß!«-Reaktion aus. Deshalb lieben Menschen auch Videos von tapsigen Welpen oder verspielten Kätzchen.

Fürsorge ist also ein menschliches Grundbedürfnis, aber viele Menschen in westlichen Gesellschaften leben allein. Sie sind Singles, haben den Partner verloren oder die Kinder sind aus dem Haus (Empty-Nester). Trotzdem möchten sie sich verbunden fühlen und gebraucht werden – und hier kommen Haustiere ins Spiel.

Ein Haustier gibt Struktur im Alltag:

- ✓ Man muss füttern, spazieren gehen, spielen, schmusen.
- ✓ Man wird gebraucht – es macht einen Unterschied, ob man aufsteht oder nicht.
- ✓ Für viele ist das Haustier ein echtes Familienmitglied.

Die emotionale Bindung an ein Haustier kann so stark sein, dass der Verlust des Tieres eine tiefe Trauer auslöst – ähnlich wie beim Verlust eines menschlichen Bindungspartners.

In der tiergestützten Therapie nutzt man genau diese positiven Effekte: Wer ein Tier versorgt, erlebt sich selbst als kompetent und wirksam. Besonders für Menschen, die oft auf Hilfe angewiesen sind – zum Beispiel langjährige Psychotherapiepatienten oder Kinder mit Förderbedarf – kann das ein echter Wendepunkt sein.

Statt nur Unterstützung zu bekommen, können sie selbst etwas geben:

- ✓ ein Pferd bürsten,
- ✓ mit einem Hund spazieren gehen,
- ✓ eine Katze füttern und streicheln.

Diese Erlebnisse fördern das Selbstwertgefühl und die Selbstwirksamkeit. Und als schöner Nebeneffekt? Auch hier wird Oxytocin ausgeschüttet – das Wohlfühlhormon, das Bindung und Glücksgefühle verstärkt.

## Was Tiere alles bewirken können: Effekte der Mensch-Tier-Interaktion

Zahlreiche Studien belegen, dass Tiere positive Auswirkungen auf Menschen haben können. Dabei wurden sowohl Experimente mit eigenen oder fremden Tieren als auch Untersuchungen zur Wirksamkeit tiergestützter Therapie und Pädagogik durchgeführt. Besonders oft standen Hunde im Fokus, da sie sich am besten für Laborstudien und Interventionen eignen. Doch auch die Effekte von Pferden, Meerschweinchen und Katzen wurden erforscht. Dabei wurden verschiedene positive Auswirkungen auf soziale Interaktionen, psychisches Wohlbefinden und körperliche Prozesse nachgewiesen.

### Soziale Effekte

Mit Hund unterwegs? Plötzlich mögen Sie alle! Wahrscheinlich kennen das alle Hundebesitzer. Sie gehen mit ihrem Hund spazieren und plötzlich grüßen Sie wildfremde Menschen, lächeln oder beginnen ein Gespräch. Ein Hund wirkt wie ein sozialer Türöffner!

Und genau das passiert auch in professionellen Kontexten:

- ✓ **Im Seniorenheim** beginnen Bewohner, die sonst eher zurückhaltend sind, ein Gespräch.
- ✓ **Im Kinderkrankenhaus** vergessen die Kinder für einen Moment ihre Angst und Schmerzen.
- ✓ **In der Schulklasse** wird das Klassenklima entspannter.
- ✓ **In der Therapie** öffnen sich Patienten schneller und vertrauen dem Therapeuten mehr.

Ein Hund an der Seite bringt einen Vertrauensvorschuss. Patienten und Schüler fühlen sich wohler, öffnen sich leichter und sind bereit mitzumachen. Das ist entscheidend, denn eine gute Beziehung ist die Basis für jede erfolgreiche Therapie oder pädagogische Arbeit:

- ✓ weniger Misstrauen – mehr Offenheit
- ✓ schnelleres Vertrauen – bessere Zusammenarbeit
- ✓ weniger Aggression – besseres Klassenklima

Studien zeigen: In Schulklassen mit tiergestützter Arbeit sinkt die Aggression, und das stärkt den Zusammenhalt. Ein Hund macht also nicht nur glücklich – er kann auch für mehr Harmonie und Erfolg in Therapie, Schule und Betreuung sorgen.

## Hunde fördern die gesellschaftliche Teilhabe

Aber Hunde verbessern nicht nur das Klassenklima – sie haben noch viele weitere Vorteile: Hunde fördern auch die gesellschaftliche Teilhabe. Das ist besonders wichtig für Menschen mit sichtbaren Behinderungen. Ob mit einem Hund oder einem anderen freundlichen Tier – sie werden in der Öffentlichkeit öfter angelächelt, begrüßt und in Gespräche einbezogen. Tiere helfen dabei, die Hemmungen abzubauen, und machen den Kontakt zu anderen viel leichter.

Inklusion wird durch Tiere wirklich begünstigt. Ob im Klassenzimmer oder im öffentlichen Raum – Hunde und andere Tiere tragen dazu bei, dass sich Menschen sozial eingebunden fühlen. Sie helfen, Barrieren zu überwinden und machen es einfacher, mit anderen ins Gespräch zu kommen.

## Tiere als Eisbrecher

Hunde (und auch andere Haustiere) sind also tolle Gesprächsanlässe, die es viel einfacher machen, Kontakt zu knüpfen. Sie senken die Schwellenangst und eröffnen neue Möglichkeiten für soziale Interaktionen – und das nicht nur für ihre Besitzer!



Männer mit Hunden kommen besser an! Eine Studie hat gezeigt: Männer, die eine fremde Frau ansprachen und um ihre Telefonnummer baten, hatten mit einem freundlichen Hund an ihrer Seite mehr Erfolg als ohne Hund. Das Geheimnis? Hunde wirken wie ein »sozialer Katalysator« – sie machen es leichter, ins Gespräch zu kommen und Vertrauen aufzubauen.

## Psychische Effekte

Tiere haben auch eine Reihe von günstigen Wirkungen auf unsere Psyche:

- ✓ Verbesserung der Stimmung, Reduktion von depressiver Stimmung
- ✓ Reduktion von Angst, insbesondere in Situationen, die typischerweise Angst auslösen (zum Beispiel vor einer Zahnarztbehandlung oder einer Prüfung)
- ✓ Steigerung von Aufmerksamkeit und Konzentration

- ✓ Stärkung der Motivation (zum Beispiel für Bewegung, Teilnahme an Interventionen)
- ✓ Minderung der Schmerzwahrnehmung (zum Beispiel nach Operationen)

## Wie Tiere uns helfen, den Kopf frei zu bekommen

Sicherlich haben Sie auch schon mal bemerkt, wie ein Hund oder ein anderes Tier die Stimmung hebt und Sie von negativen Gedanken ablenkt. Tatsächlich könnte das an der Biophilie liegen, die Sie oben kennengelernt haben – der natürlichen Neigung des Menschen, eine Verbindung zur Natur und zu Tieren aufzubauen. Wenn wir ein Tier beobachten, richtet sich unsere Aufmerksamkeit auf das, was es tut, und das lenkt uns positiv ab.



Der Effekt ist ähnlich wie bei Videospiele: Sie fesseln unsere Aufmerksamkeit und lenken uns von Stress oder negativen Gefühlen ab. Im Gegensatz dazu können Gespräche mit anderen Menschen oft dazu führen, dass wir noch mehr über unser negatives Befinden nachdenken und die Symptome eher verstärken.

## Tiere machen glücklich – wissenschaftlich belegt

Tierkontakt hat eine messbare positive Wirkung auf unsere Stimmung. Menschen, die Zeit mit einem Tier verbringen, lachen mehr, lächeln öfter und fühlen sich einfach wohler. Besonders in stressigen oder angstauslösenden Situationen, wie zum Beispiel beim Zahnarzt, in der Psychotherapie oder bei Prüfungen, hat der Kontakt zu einem Tier eine beruhigende Wirkung.

Einen Hund zu streicheln kann helfen, Angst zu reduzieren und subjektive Entspannung zu fördern. Deshalb wird dieser beruhigende Effekt zunehmend in verschiedenen professionellen Kontexten genutzt:

Wo Tiere helfen, den Stress zu mindern:

- ✓ **Im Zahnarztwartezimmer und Behandlungsraum** – Tiere begleiten Patienten, um die Nervosität zu senken.
- ✓ **In der Kinder- und Jugendpsychiatrie** – Tiere arbeiten bei schwierigen Erstgesprächen oder traumabezogenen Themen mit.
- ✓ **Bei polizeilichen Zeugenbefragungen** – Kinder und Opfer von Gewalt erleben weniger Stress, wenn ein Tier anwesend ist.
- ✓ **Im Jugendgerichtshilfereich** – Tiere können Jugendlichen helfen, vor Gericht Aussagen zu machen.
- ✓ **In Schulen** – Tiere unterstützen Schüler, die unter Prüfungsangst leiden, und bringen ihnen mehr Entspannung.

Tiere sind also wahre Stresspuffer und helfen dabei, dass wir uns in schwierigen Momenten besser fühlen – egal, ob beim Zahnarzt, in der Schule oder in der Therapie!

## Physiologische Effekte

Der Kontakt mit Tieren hat auch einen positiven Einfluss auf das autonome Nervensystem, das für viele physiologische Prozesse verantwortlich ist. Die Interaktion mit Tieren kann das vegetative Nervensystem beruhigen und zu einer besseren Regulation des Herz-Kreislauf-Systems und der Atmung führen.

Mögliche physiologische Wirkungen sind:

- ✓ Reduktion und Abpuffern von Stressreaktionen; Blutdruck und Herzfrequenz sinken
- ✓ Reduktion des Spiegels des Stresshormons Cortisol
- ✓ Aktivierung des Oxytocinsystems



### Stressreduzierende Effekte von Tieren

Bereits in den 1980er-Jahren dokumentierten erste Studien den stressreduzierenden Effekt von Tieren. Besonders in Situationen, die mit Stress verbunden sind, wie etwa bei Prüfungen oder vor unangenehmen medizinischen Prozeduren, hat der Kontakt zu einem freundlichen Tier eine beruhigende Wirkung. Der Hund ist hier meist das Tier der Wahl, um Stress zu puffern und den Stresspegel zu senken. Dagegen wirkt die Anwesenheit von Partnern oder Familienmitgliedern oft wenig hilfreich, manchmal kann sie den Stress sogar noch verstärken. Der Grund: soziale Ängste und die Furcht vor sozialer Bewertung. Es geht dann oft darum, was andere über uns denken: Was wird mein Partner sagen, wenn ich die Aufgabe nicht lösen kann? Oder was denkt der Zahnarzt, wenn ich Angst zeige?

Heute ist die Forschung zu den positiven Effekten von Tierkontakt auf den Menschen wesentlich weiterentwickelt. Zahlreiche Studien belegen, dass vor allem das Streicheln eines Tiers den Stress signifikant reduziert. Dies funktioniert auf zwei Ebenen:

- ✓ **Pufferung von Stressreaktionen:** Wenn man vor einem stressigen Ereignis ein Tier streichelt, werden die Herzfrequenz, der Blutdruck und der Cortisolspiegel nicht so stark ansteigen. Dies bedeutet, dass der Stresspegel gar nicht erst so hoch wird.
- ✓ **Schnellere Erholung nach Stress:** Nach dem Erleben eines Stressors (zum Beispiel einer schwierigen Aufgabe oder einer unangenehmen Prozedur) hilft der Kontakt zum Tier, den Stresspegel schneller und effektiver wieder zu senken.

Der stresspuffernde Effekt ist umso ausgeprägter, je mehr Körperkontakt mit dem Tier besteht – insbesondere durch Streicheln oder einfaches Kuscheln.

## Warum gibt es Tiere nicht auf Rezept?

Angesichts der vielen positiven Effekte fragen sich manche: »Warum verschreibt der Arzt bei Stress und Angst nicht einfach einen Hund oder eine Katze?« Klingt verlockend, aber ganz so einfach ist es nicht.

Ein Haustier zu halten, ist nämlich nicht nur eine tolle Erfahrung, sondern auch eine große Verantwortung. Tiere brauchen Zeit, Pflege und kosten mehr, als viele denken – vor allem, wenn man ihnen ein wirklich gutes Zuhause bieten möchte. Außerdem entsteht eine gute Mensch-Tier-Beziehung nicht automatisch.



Und genau hier wird es spannend: Während Tiere in der Therapie oft helfen, gibt es Hinweise aus Studien, dass unsichere Bindungsmuster, Traumata oder negatives Befinden auf Haustiere übertragen werden können. Dann kann es passieren, dass aus dem treuen Hund ein ängstlicher, aggressiver oder depressiver »Problemhund« wird. Katzen ziehen sich in solchen Fällen oft zurück oder urinieren an nicht dafür vorgesehenen Stellen in der Wohnung – anstatt Freude zu bringen, sorgen sie dann eher für zusätzlichen Stress.

Deshalb sind tiergestützte Interventionen oft die bessere Wahl. Hier gibt es die Möglichkeit, mit Tieren in Kontakt zu kommen, aber unter professioneller Begleitung. Therapeuten oder Pädagogen unterstützen den Beziehungsaufbau, sodass Mensch und Tier wirklich voneinander profitieren können.

### Nicht jedes Tier bewirkt Wunder!

Es ist eine weitverbreitete Vorstellung: Wenn man einfach ein nettes Tier zur Arbeit mitnimmt, wird schon alles besser. Schließlich berichten Experten immer wieder von den vielen positiven Effekten des Tierkontakts. Aber hier kommt der Haken: In der Wissenschaft wird viel Sorgfalt auf die Gestaltung der idealen Rahmenbedingungen für den Tierkontakt gelegt, und das gilt auch für tiergestützte Projekte, die im Rahmen von Studien evaluiert werden.

In diesen Studien sind die Mensch-Tier-Teams optimal ausgesucht, mit speziell ausgebildeten Tieren, die über ausreichend »Berufserfahrung« verfügen. Auch die Haustierbesitzer in diesen Studien haben in der Regel eine gute Beziehung zu ihren Tieren – schließlich würde kaum jemand mit einem Problemtier freiwillig an einer Studie teilnehmen. Es wird darauf geachtet, dass ausreichend Zeit für den Kontakt zur Verfügung steht und dass die Tiere nicht überlastet werden. Tierwohl und Klientenschutz stehen hier an oberster Stelle.

### Stolpersteine in der Praxis

Leider laufen tiergestützte Interventionen nicht immer perfekt. In der realen Welt gibt es viele Faktoren, die den Erfolg von tiergestützten Interventionen beeinflussen. Manche Tiere sind schlichtweg ungeeignet für die Arbeit. Auch Tierbesitzer, die plötzlich »Tiertherapie« anbieten, sind nicht immer ausreichend qualifiziert. Oft fehlt es an einer spezifischen Fachausbildung für tiergestützte Interventionen, und die Belastung von Mensch und Tier ist zu hoch. In solchen Fällen bleibt der erhoffte positive Effekt leider oft aus.

## Die Schlüsselrolle des Fachwissens

Es wird deutlich: Der Erfolg einer tiergestützten Intervention hängt nicht nur davon ab, »ein nettes Tier mitzunehmen«. Viel wichtiger ist der Fachverstand des Therapeuten oder Pädagogen, der mit dem Tier arbeitet. Ein Hund wird nicht zum »Wunder-Wuzzie«, bloß weil er mit zur Arbeit kommt. Erfolgreiche tiergestützte Interventionen erfordern also weit mehr als nur ein Tier – sie brauchen ein gut durchdachtes Konzept und fachliche Kompetenz.

## Finanzierung tiergestützter Interventionen – Wie kommt das Geld zusammen?

Tiergestützte Interventionen werden immer beliebter, aber eine nachvollziehbare Regelung zur Kostenübernahme gibt es bisher nicht. Das bedeutet: Anders als bei vielen klassischen Therapien gibt es kein »Rezept« des Arztes, das automatisch die Krankenkasse zahlt. Trotzdem existieren verschiedene Wege, wie die Kosten gedeckt werden können.

### ✓ Selbstzahler

Die einfachste Möglichkeit: Sie als Klient oder Angehöriger bezahlen die tiergestützte Therapie aus eigener Tasche. Viele Menschen sehen den Mehrwert der Therapie und sind bereit, diese Kosten zu tragen, besonders bei chronischen Erkrankungen, psychischen Belastungen oder Entwicklungsstörungen.

### ✓ Integration in andere Therapien

Oft werden tiergestützte Elemente in bestehende anerkannte Therapien eingebaut, wie Ergotherapie, Physiotherapie oder Psychotherapie. In diesen Fällen werden die Kosten über die regulären Abrechnungswege der jeweiligen Therapie übernommen. Die tiergestützte Komponente ist also Teil der Gesamttherapie und wird nicht extra abgerechnet.

### ✓ Hilfen zur Erziehung, Eingliederungs- und Jugendhilfe

Für Menschen mit Behinderungen oder Kinder und Jugendliche kann die Eingliederungshilfe oder die Jugendhilfe Zuschüsse geben. Voraussetzung ist meist, dass die tiergestützte Maßnahme offiziell im individuellen Hilfeplan steht und medizinisch oder pädagogisch begründet wird. Das Jugendamt oder das Sozialamt entscheidet über die Kostenübernahme.

### ✓ Persönliches Budget – Hilfe zur Selbsthilfe

Menschen mit Behinderungen oder chronischen Erkrankungen haben ein Recht auf Unterstützung, und zwar so, dass sie selbstbestimmt entscheiden können, welche Hilfe sie wann, wie und von wem erhalten. Hierzu gibt es ein persönliches Budget. Und aus diesem persönlichen Budget können auch tiergestützte Interventionen bezahlt werden.

### ✓ Entlastungsleistungen

Unter bestimmten Bedingungen, wenn jemand zum Beispiel an einer Demenz erkrankt ist oder pflegebedürftig ist, können sogenannte tiergestützte Aktivitäten, also Tierbesuchsdienste, im Rahmen der *Entlastungsleistungen* bezahlt werden. Diese Leistungen sind im Sozialgesetzbuch 11 unter Hilfe zur Unterstützung im Alltag geregelt. Damit ein Tierbesuchsdienst über diese Leistung abgerechnet werden darf, muss der Anbieter offiziell anerkannt sein.

### ✓ Spenden, Fördergelder und Projektfinanzierung

Viele Einrichtungen, Vereine oder soziale Projekte finanzieren tiergestützte Angebote über Spenden, Fördergelder von Stiftungen oder öffentliche Zuschüsse. Dies ist besonders häufig in Schulen, Kindergärten, Seniorenheimen oder sozialen Einrichtungen der Fall, in denen tiergestützte Arbeit das reguläre Angebot ergänzt.

### ✓ Bildungsgutscheine und Arbeitsmarktintegration

Manchmal übernehmen auch Jobcenter oder Bildungsträger Kosten für tiergestützte Maßnahmen, wenn diese zur beruflichen Integration, Lernförderung oder sozialen Stabilisierung beitragen. Dies gilt speziell für Menschen mit besonderen Herausforderungen.



## Fördermittel einwerben – kurz erklärt am Beispiel Kinder- und Jugendarbeit

Fördergelder zu bekommen klingt kompliziert, ist aber machbar – wenn man weiß, wie's geht. Besonders in der Kinder- und Jugendarbeit gibt es viele Möglichkeiten, wie sich Projekte fördern lassen. Förderungen sind Ländersache und oft an bestimmte Richtlinien gebunden. Wer Geld will, muss gemeinnützig sein und meist auch als freier Träger der Jugendhilfe anerkannt.

Schritt für Schritt zur Förderung:

- ✓ **Konzept schreiben:** Was soll gemacht werden? Wer profitiert davon? Was braucht man dafür? Förderer wollen ein durchdachtes Projekt mit klarer Zielgruppe, Zielen und Kostenplan.
- ✓ **Förderer suchen:** Gute Anlaufstellen sind Jugendämter, Gesundheitsämter oder Krankenkassen (für Gesundheitsprojekte), Sozialämter (bei Arbeit mit Bedürftigen), Stiftungen oder Firmen, die soziale Projekte unterstützen.
- ✓ **Förderdatenbanken nutzen und Kontakt aufnehmen:** Ein kurzer Anruf bei der Förderstelle klärt oft schon viele Fragen – und zeigt Engagement.
- ✓ **Antrag schreiben:** Hier zählt Sorgfalt! Jeder Fördertopf hat eigene Anforderungen. Viele Anträge scheitern an Formalitäten – also: Vorgaben genau lesen, sauber arbeiten, gegenlesen lassen.