

Sandra Wesenberg

KANN PSYCHOTHERAPIE MEHR, WENN SIE TIERGESTÜTZT ARBEITET?

Hintergrund und Fragestellung

In der Weiterentwicklung psychotherapeutischen Handelns werden seit jeher auch ungewöhnliche Wege gegangen. Der gezielte Einsatz von Tieren in der Therapie kann als ein solch unkonventioneller Handlungsansatz verstanden werden, der in den letzten Jahren in der psychiatrischen/ psychotherapeutischen Versorgung zunehmend an Bedeutung gewinnt. Zahllose Praxisberichte beschreiben, dass sich die Interaktion mit Tieren – dabei vor allem mit Hunden, Katzen, Pferden und Kleintieren, in Einzelfällen aber auch „Exoten“ wie Elefanten (Swanepoel, Odendaal 2005), Ameisen (Topel, Lachmann 2009) oder Schildkröten (Tribulato 2005) – positiv auf das Wohlbefinden und die Lebensqualität psychisch auffälliger Menschen auswirken und den therapeutischen Prozess in vielfältiger Weise bereichern kann. Diese förderlichen Wirkungen sind in den vergangenen Jahren zunehmend auch Gegenstand wissenschaftlicher Forschung geworden, wobei die vorliegenden Untersuchungen bislang kaum systematisch zusammengefasst sind. Der folgende Überblick über bisherige Evaluationsstudien soll zeigen, inwieweit tiergestützte Interventionen positiv auf Symptomatik und Verlauf verschiedener psychischer Störungen wirken können, und damit die Frage beantworten, ob Psychotherapie durch die Integration von Tieren tatsächlich „mehr kann“.

Literaturrecherche und Studienauswahl¹

In einem ersten Schritt der Literaturrecherche wurden einschlägige wissenschaftliche Datenbanken aus den Bereichen Medizin und Psychologie (u.a. PSYINDEX, PubMed, Medline) nach potentiellen Studien durchsucht. Der Fragestellung entsprechend wurden für die Suchfragen mehrere englischsprachige Keywords und Synonyme für die Begriffe „tiergestützte Arbeit/Therapie“ sowie „Psychiatrie/ Psychotherapie“ und „psychiatrisch/ psychotherapeutisch“ verwendet. Der Suchzeitraum wurde auf die Jahre 1970 bis 2011 beschränkt. Durch die systematische Datenbankrecherche konnten 57 themenbezogene Publikationen ermittelt werden.

Um den Überblick über den aktuellen Forschungsstand zu vervollständigen, wurde in einem zweiten Schritt zusätzlich eine Handrecherche in zwei großen themenspezifischen Online-Bibliographien (www.deltasociety.org; www.anthrozoology.org) vorgenommen. Hierdurch wurden 34 weitere relevante Artikel identifiziert.

Die Auswahl der in den Forschungsüberblick einzubeziehenden Studien wurde anhand folgender Kriterien vorgenommen:

- Evaluationsstudie zu tiergestützten Aktivitäten/ Therapien mit Bezug zu Psychiatrie/ Psychotherapie
- Stichprobengröße $n \geq 10$
- englischsprachige Artikel und Verfügbarkeit des Volltextes

Ergebnisse

32 Evaluationsstudien entsprachen den oben definierten Einschlusskriterien, wobei vier dieser Untersuchungen nicht direkt auf die Wirkungen tiergestützter Interventionen fokussierten und daher nicht in die weitere Analyse eingingen (vgl. Berget, Ekeberg, Braastad 2008; Eaglin 2008; Iwashita, Waga, Ohta 2007; Schneider, Harley 2006). Die verbleibenden 28 Studien, die unmittelbar die Effekte der Interaktion mit verschiedenen Tieren auf Menschen mit psychischen Auffälligkeiten untersuchten, sind in folgender Tabelle – nach Lebensaltern zusammengefasst – überblickshaft dargestellt. Dabei kann an dieser Stelle nur ausschnitthaft auf einzelne Aspekte (Diagnosen der einbezogenen Probanden; Tierart, die in der Intervention eingesetzt wurde; Studiendesign) verwiesen werden. Bezogen auf die Forschungsfrage, ob tiergestützte Interventionen positiv auf die Symptomatik psychischer Störungen wirken und therapeutische Prozesse befördern können, erfolgte abschließend eine Einschätzung, inwiefern die Untersuchungen positive Effekte belegen konnten (signifikante Unterschiede in untersuchten Parametern zugunsten Experimentalgruppe oder in Post-Werten).

Lebensalter	Einbezogene Studien	Diagnosen der Probanden	Eingesetzte Tiere	Studiendesign	Effekte tiergestützter Interventionen
Kindheit und Jugendalter	n = 8; Bardill, Hutchinson (1997); Bass, Llabre (2010); Bass, Duchowny, Llabre (2009); Ewing et al. (2007); Martin, Farnum (2002); Prothmann, Bienert, Ettrich (2006); Sams, Fortney, Willenbring (2006); Schultz, Remick-Barlow, Robbins (2006)	Autismus/ tiefgreifende Entwicklungsstörung (4) Verhaltensstörungen und Lernbehinderungen (1) verschiedene Störungsbilder (3)	Pferd (4) Hund (3) Lama (1)	Parallelgruppen (4) Cross-Over (2) Prä-Post-Test (1) Sonstiges (1)	Positive Effekte • Autismus/ tiefgreifende Entwicklungsstörung: Verbesserung der sozialen Reaktivität und sensorischen Verarbeitung (Pferd); Ausdruck positiver Emotionen, Aufmerksamkeitsfokussierung (Hund); Verbesserung des Kommunikations- und Sozialverhaltens (Lama/ Hund) • verschiedene psychische Störungen: Verbesserung der Befindlichkeit (Hund); Verbesserung des allgemeinen Funktionsniveaus (Pferd) Keine Effekte • Verhaltensstörungen und Lernbehinderungen: keine Effekte hinsichtlich Empathie, Selbstwertgefühl, Kontrollüberzeugung, Depressivität, Einsamkeit (Pferd)
Erwachsenenalter	n = 14; Barker, Dawson (1998); Barker, Pandurangi, Best (2002); Barker, Rasmussen, Best (2003); Berget et al. (2007); Berget, Ekeberg, Braastad (2008); Chu et al. (2009); Claverol et al. (2009); Folse et al. (1994); Holcomb, Meacham (1989); Lang et al. (2010); Marr et al. (2000); Nurenberg, Schleifer (2011); Pedersen et al. (2011); Turner et al. (2010)	Depression/ bipolare Störung (4) Schizophrenie (2) Störungen mit schwerer Beeinträchtigung der Kommunikationsfähigkeiten (1) verschiedene Störungsbilder (7)	Hund (10) Nutztiere (3) Kleintiere (2) Pferd (1) Aquarium (1) Katze (1)	Parallelgruppen (5) Cross-Over (4) Prä-Post-Test (4) Sonstiges (1)	Positive Effekte: • Depression/ bipolare Störung: Verbesserung der Symptomatik/ BDI-Score (Hund); Reduzierung von Depressivität und Angst, Erfahrung von Selbstwirksamkeit (Nutztiere) • Schizophrenie: Reduzierung von Angst, Verbesserung des Selbstwertgefühls, Erfahrung von Selbstbestimmung, Verbesserung der Symptomatik (Hund) • verschiedene Störungen: Reduzierung von Angst, Verbesserung emotionaler Kompetenzen (Hund), Reduzierung aggressiven Verhaltens (Pferd); Erfahrung von Selbstwirksamkeit (Nutztiere); Verbesserung des Kommunikations- und Sozialverhaltens (versch. Tiere) Keine Effekte • Depression/ bipolare Störung: keine Effekte hinsichtlich Befürchtungen, Unsicherheit/ Angst, Depressivität vor Elektrokonvulsionstherapie (Hund/ Aquarium) • Störungen mit schwerer Beeinträchtigung der Kommunikationsfähigkeiten: keine Verbesserung des Kommunikationsverhaltens (Hund) • verschiedene Störungen: keine Effekte hinsichtlich Lebensqualität und Copingverhalten (Nutztiere)
Alter	n = 6; Barak et al (2001); Churchill et al. (1999); Kramer, Friedman, Bernstein (2009); Marx et al. (2010); Richeson (2003); Zisselman et al. (1996)	Demenz (4) Schizophrenie (1) verschiedene Störungsbilder (1)	Hund (6) Katze (1)	Cross-Over (3) Parallelgruppen (2) Prä-Post-Test (1)	Positive Effekte • Demenz: Reduzierung von Agitiertheit, Verbesserung des Sozialverhaltens, Interesse (Hund) • Schizophrenie: Verbesserung sozialer Fähigkeiten (Hund/ Katze) • verschiedene Störungen: Reduzierung von Gereiztheit/ Nervosität (Hund) Keine Effekte • Demenz: keine Effekte hinsichtlich der Aufmerksamkeitsfokussierung/ Beschäftigung (Hund) • verschiedene Störungen: keine Verbesserung der Symptomatik (außer Gereiztheit/ Nervosität) (Hund)

Fazit

Die untersuchten Studien verweisen überwiegend auf verschiedene positive Effekte, die die Interaktion mit Tieren für Menschen mit verschiedenen psychischen Auffälligkeiten bedeuten kann, allerdings sind die Befunde aus verschiedenen Gründen keineswegs als hinreichend fundiert und verallgemeinerbar zu bewerten. So unterscheiden sich die Studien stark hinsichtlich der Probandengruppe, des Studiendesigns, der Art der tiergestützten Intervention sowie der untersuchten Variablen und scheinen daher kaum vergleichbar. Zudem weisen sie überwiegend nur geringe Stichprobengrößen auf ($n \leq 50$ in 19 der untersuchten 28 Studien). Auch das häufige Fehlen einer Kontrollgruppe bzw. mangelnde Angaben zur Zuordnung der Probanden zu den untersuchten Gruppen verringern die Aussagekraft beträchtlich. Überdies bleiben wesentliche potentielle Einflussfaktoren auf die Ergebnisse – wie etwa die frühere Beziehung zu Tieren, Details zu den durchgeführten Interventionen oder die Medikation der Probanden – unberücksichtigt.

Auch wenn die vorliegenden Studien aufgrund dieser methodischen Schwächen keine verallgemeinerbaren Schlüsse erlauben, bieten sie doch wichtige Hinweise auf mögliche Wirkweisen tiergestützter Interventionen bei psychisch auffälligen Menschen und die potentielle Bedeutsamkeit in therapeutischen Prozessen. Die Frage, ob Psychotherapie durch den Einbezug von Tieren tatsächlich „mehr kann“, kann vor dem Hintergrund der aktuellen Forschungslage nicht eindeutig beantwortet werden. Die Forschung zu tiergestützten Interventionen sieht sich in diesem Bereich wie auch im Allgemeinen zukünftig verstärkt vor der „Herausforderung, verlässliche und fundierte Wirkungsnachweise und -mechanismen der Interaktionsprozesse zwischen Mensch und Tier und deren mannigfaltiger Auswirkung auf gesundheitliche, soziale und emotionale Reize zu erbringen“ (Hegedusch, Hegedusch 2007, S. 94).

¹Es muss davon ausgegangen werden, dass durch die Literaturrecherche nicht alle relevanten Studien gefunden wurden. Eine erste mögliche Quelle für Verzerrungen ist im Suchvorgang selbst begründet. Es kann davon ausgegangen werden, dass über die Datenbankrecherche nicht alle relevanten Studien gefunden wurden, da in manchen Artikeln zur Thematik nicht explizit auf den psychiatrischen/ psychotherapeutischen Kontext verwiesen wird und diese über die Abfrage mittels der Keywords und Synonyme zu „Psychiatrie/ Psychotherapie“ nicht erfasst werden konnten. Weitere verzerrende Effekte sind durch die allgemeine Veröffentlichungspraxis bedingt. Einerseits werden bevorzugt Studien mit „positiven“, d.h. signifikanten Ergebnissen veröffentlicht (publication bias); dies trifft besonders auf Studien mit geringem Stichprobenumfang zu. Andererseits reichen Forscher ihre nicht signifikanten Ergebnisse häufig gar nicht zur Veröffentlichung ein, sondern lassen sie in der „Schublade verschwinden“ (file drawer problem).