

SAMTPFOTIGE Helfer

Samtpfotige

KATZEN IN DER TIERGESTÜTZTEN THERAPIE

von Helena Petzold

Hunde, die Demenzpatienten im Alltag betreuen, Pferde, auf deren Rücken krankengymnastische Behandlungen durchgeführt werden, oder Delfine, die behinderten Kindern zu mehr Selbstbewusstsein verhelfen – diese Art der tiergestützten Therapie ist einigermaßen bekannt. Doch auch die als eigensinnig und einzelgängerisch bekannten Samtpfoten lassen sich als Kotherapeuten für den Menschen einsetzen, beispielsweise in der Medizin, in der Psychotherapie oder in der Pädagogik.

Ein anstrengender Arbeitstag, Stress mit dem Partner oder der Familie oder ein verregneter Tag: Die meisten Katzenhalter sind in solchen Situationen froh, dass sie nicht allein sind, sondern einen schnurrenden Gefährten an ihrer Seite haben. Intuitiv spüren sie, dass die Anspannung nachlässt und der Ärger über die Liebsten und das Wetter langsam verfliegt – durch eine schmusende Annäherung des samtpfotigen Mitbewohners oder einfach nur durch seine bloße Anwesenheit. Seit geraumer Zeit „arbeiten“ Katzen auch als professionelle Therapiehelfer. Was aber macht die Katze zu einem geeigneten Therapietier und was unterscheidet sie zum Beispiel von Hunden?

INDIVIDUALITÄT ALS HERAUSFORDERUNG

Die Autorin Marianne Hahsler, die seit 2005 das Fach „Persönlichkeitsbildung und soziale Kompetenz“ mithilfe tiergestützter Pädagogik unterrichtet, nennt in ihrem Buch „Katzen – Seelenfreunde und therapeutische Helfer“ Faktoren wie Intelligenz, Sensibilität, Beziehungsfähigkeit und Beobachtungsgabe. Durch die Selbstdomestikation habe die Katze im Vergleich zu anderen Haustieren ein deutlich größeres Hirnvolumen. Gleichzeitig sei sie ein Tier mit feinen Anten-

nen für die unterschiedlichsten Stimmungen: Sie sei in der Lage, mit Menschen in Kontakt zu treten und diese genau zu beobachten. Ebenso wichtig seien ihre hoch spezialisierten Anlagen in Disziplinen wie Laufen, Springen und Klettern, in denen sie Höchstleistungen vollbringt. Nicht zu vernachlässigen sind laut Hahsler auch die klassischen Eigenschaften der Samtpfote wie Individualität und Einmaligkeit. Dies sei jedoch auch der Grund, weshalb nicht jede Katze als Therapietier infrage komme beziehungsweise manche Tiere sich nur in bestimmten Bereichen einsetzen ließen.

Auch die Diplompsychologin Regina Lessenthin, die sich ihre Praxis seit Ende der 1980er-Jahre mit mehreren schnurrenden Kotherapeuten teilt, unterstreicht die besonderen Persönlichkeitsmerkmale der Katze: „Wenn ein Hund etwas tut, denkt der Patient, das hat die Therapeutin ihm beigebracht und er macht es nur, weil sie es will. Wenn eine Katze etwas tut, denkt der Patient dies nicht, weil Katzen als individuelle Persönlichkeiten gelten.“ Die Individualität und der Unabhängigkeitsdrang der Katze können in der Felinaltherapie, wie die tiergestützte Therapie mit Katzen in der Fachsprache heißt, ein Vorteil sein, der sich zum Wohl der Patienten einsetzen lässt. Es bedeutet jedoch auch, dass bei der Auswahl der Therapietiere eine große Sorgfalt angebracht ist, da es eine breite Palette an Katzentypen gibt. Aufgrund der



Die außergewöhnlichen Fähigkeiten der Katze werden mittlerweile auch in der Medizin genutzt.

verschiedenen Domestikationsstufen gibt es nämlich auch große Unterschiede, was die Intelligenz, das Bedürfnis nach Sozialkontakten und die Lernbereitschaft der potenziellen Therapiehelfer betrifft. Entscheidend ist also, dass das Wesen der Katze nicht verändert, sondern bewusst wahrgenommen, gefördert und damit für den Menschen nutzbar gemacht wird.

EMOTIONALE UND KÖRPERLICHE GESUNDHEIT

Neben der Psychotherapie wird die Fähigkeit der Katze auch in anderen Bereichen, so auch in der Medizin, genutzt. Die Forscherin Elisabeth von Muggenthaler vom *Fauna Communication Research Institute* in den USA fand 2001 heraus, dass das Katzenschnurren nicht nur mit der Kommunikation der Tiere untereinander zu tun hat, sondern auch der Stressminderung und der Selbstheilung dient. Das brummende Geräusch beschleunigt unter anderem das Knochenwachstum nach einem Bruch. Was von den Katzen übernommen und beim Menschen angewandt wird, hat sich durch eine wissenschaftliche Studie der Universität Leuven in Belgien bestätigt. Inzwischen ist die Katzenschnurrtherapie, eine künstlich erzeugte Vibrationstherapie, eine etablierte Behandlungsmethode für Osteoporosepatienten und kommt ebenso bei der Prophylaxe zum Einsatz. Das Verfahren wird vom Kuratorium für Knochengesundheit e. V. empfohlen. Darüber hinaus hilft das katzenlose Schnurren auch bei der Behandlung von Durchblutungsstörungen, Rücken- und Gelenkschmerzen, Arthrosen, verschiedenen Atemwegserkrankungen und zur Vitalisierung von Muskulatur und Kreislauf, insbesondere von Profisportlern.

Ohne moderne Technik, sondern mit Fokus auf ihre emotionale und soziale Kompetenz werden Katzen unter anderem auch in der Pädagogik eingesetzt. In Kindergärten und Schulen wirken sie als Erziehungshelfer und Motivations-trainer, in heilpädagogischen Einrichtungen unterstützen sie

die Bewohner beispielsweise beim Training feinmotorischer Fähigkeiten, der Sensibilisierung der Wahrnehmung oder der Verbesserung der Konzentration. Besonders bei körperlich schwer beeinträchtigten Menschen kann die Anwesenheit einer Katze mit ihrer Wärme, dem weichen Fell und der ruhigen Atmung zu einer Entspannung und Entkrampfung der Skelettmuskulatur führen. Die Aufmerksamkeit der Patienten ruht auf dem Tier, das durch seine unaufdringliche Art zu ihnen durchdringen kann. Auch die Kreativität und Eigenaktivität können mithilfe von Katzen gefördert werden: Gerade Kinder, die zu Hause keinen Kontakt zu Tieren haben, können beim Spiel mit der Katze lernen, zu gestalten, ihren eigenen Fähigkeiten zu vertrauen und Verantwortung zu übernehmen. Für geistig behinderte Bewohner von Betreuungseinrichtungen dagegen kann der Besuch einer Katze eine wertvolle Abwechslung zum monotonen Alltag und zudem auch ein Training der kommunikativen und kognitiven Fähigkeiten sein – zum Beispiel durch praktische Übungen, bei denen Körperteile und Verhaltensweisen des Tiers beschrieben werden. Die Schulung von Achtsamkeit und Wahrnehmung durch Katzen trägt dabei nachweislich nicht nur zur emotionalen, sondern auch zur körperlichen Gesundheit bei, etwa durch die Stärkung des Immunsystems.

AUCH DIE SCHEUE KATZE HAT EINE WIRKUNG

Welche Eigenschaften aber muss eine Therapiekatze haben, die in der Psychotherapie oder in der Pädagogik zum Einsatz kommt?

Marianne Hahsler empfiehlt Katzenhaltern, die überlegen, ob ihr Tier geeignet ist, um pädagogische und/oder therapeutische Hilfestellung zu leisten, einen Fragebogen zur Beurteilung der Katzenpersönlichkeit. Dieser stützt sich auf Beobachtungen des kanadischen Tierarztes und Buchautors Bruce Fogle, der selbstsichere und extrovertierte Katzen als die kompetentesten Therapiehelfer einstuft. Die richtige Einschätzung des Tiers sei von großer Bedeutung, da sich dadurch Stresssymptome und unerwünschte Verhaltensweisen, wie etwa das Ausfahren von Krallen in einer Therapie-sitzung, vermeiden lassen.

Laut Regina Lessenthin lassen sich Katzen in vier Typen unterscheiden: in Typ A, die Schmusekatze, die aber meist auf einen Menschen fixiert ist, in Typ B, die gesellige Familienkatze, die die ganze Familie in Anspruch nimmt, in



Katzenschmurren dient der Stressminderung und der Selbstheilung.

Typ C, die Katze, die als Denker und Bastler bezeichnet werden kann und die sich immer wieder neue Tricks ausdenkt, und Typ D, den Kontakter und Abenteurer, der auch als die „Unbeeindruckbare“ mit einem unglaublichen Nervenkostüm gilt. Auch sie kommt zu dem Ergebnis, dass Typ D mit seiner neugierigen, aufgeschlossenen und kontaktfreudigen Art am besten geeignet sei, da er nicht bei jedem neuen Geräusch hochschreckt und nicht so schnell aus der Fassung zu bringen ist. Gleichzeitig sei sie vielseitig und an allem interessiert und verstehe es, Menschen auf liebenswerte Art für sich einzunehmen. Dennoch gibt es in der Praxis der Psychologin Katzen von jedem Typ, denn: „Die scheue und schreckhafte Katze hat auch eine Wirkung. Auch hier können sich Patienten wiederfinden mit ihren Problemen, vor allem solche mit weniger Selbstbewusstsein.“ Wenn dann die Katze selbstbewusster werde, könne auch der Patient erfahren, wie er seine Probleme angehen kann.

Britta Schittenhelm, eine Patientin von Regina Lessenthin, war zunächst gar nicht bewusst, dass die Katzen Bestandteil

der Therapie sind. Sie habe sich über die Anwesenheit der Tiere gefreut, weil sie mit ihnen aufgewachsen sei und eine große Zuneigung zu ihnen verspüre. Erst viel später habe sie den Nutzen der Katzen in ihrer Therapie begriffen: „Es ist beruhigend, entspannend, und die Worte fallen einem leichter, wenn man eine Katze auf dem Schoß hat und sie streicheln kann.“ Am meisten schätzt sie die Ruhe und Gelassenheit der Samtpfoten – und ihre Fähigkeit, deutlich zu machen, wann man etwas will und wann nicht. Dies seien Dinge, die man als Mensch von den Tieren lernen könne. „Allerdings würde ich diese Art der Therapie nur denjenigen ans Herz legen, die auch einen Bezug zu Katzen haben und sie mögen. Alles andere wäre kontraproduktiv.“

Regina Lessenthin hingegen ist überzeugt, dass Patienten mit Angst vor Katzen in der Regel besonders profitieren können: „Wenn sie lernen, mit den Tieren umzugehen, ist dies ein großes Erfolgserlebnis, und wenn dann die wohltuende Wirkung der Katze eine zusätzliche Belohnung schafft, ist der Idealfall eingetreten.“

POSITIVE ANREIZE STATT DRUCK

Eine Ausbildung im eigentlichen Sinne, wie etwa ihre belenden Kollegen, erhalten Therapiekatzen nicht. Denn, so schreibt Hahsler: „Bei Katzen geht es weniger um das Lösen von Aufgaben als um das Vertiefen von Beziehungen und das Fördern und Nutzbarmachen angeborener Fähigkeiten.“ Das Gehirn der Katze, das für das Überleben in einer ökologischen Nische entstanden ist, ist sehr flexibel. Mit ihrem assoziativen Gedächtnis können die Tiere akute Probleme mit bereits Erlebtem vergleichen und neue Lösungen entwickeln. Ihr Lern- und Erinnerungsvermögen ist enorm. Während gefährliche Situationen negativ belegt sind, wirken angenehme Erinnerungen verstärkend und bestätigend. Die daraus resultierenden Reaktionen werden auch als konditioniertes Verhalten bezeichnet. Da Katzen territorial organisiert sind und nicht sozial hierarchisch, können sie im Gegensatz zu Hunden nicht mit Druck oder Androhung von Strafe erzogen werden. Neuen und unangenehmen Dingen entziehen sie sich oder reagieren aggressiv – das Gegenteil ist erreicht. Katzentrainer sollten daher lieber auf die angeborene Lernwilligkeit und Neugier ihrer Schützlinge setzen. Beispiele für Trainingsmethoden mit positiven Anreizen sind Clickertraining, Targettraining oder Shaping, bei denen die Tiere mithilfe von Geräuschen, „Zielpunkten“ oder kleinen Belohnungen konditioniert werden.

Generell gilt bei der Ausbildung von Therapietieren, dass die Haltung der eingesetzten Tiere und der Umgang mit ihnen dem europäischen Übereinkommen zum Schutz von Heimtieren sowie dem Tierschutzgesetz des jeweiligen Landes entsprechen muss. Die European Society of Animal Assisted Therapy (ESAAT) hat eigens zu diesem Thema eine Liste mit Grundsätzen erarbeitet, die im Internet nachzulesen sind.

So vielfältig Katzen sind, so vielfältig sind auch ihre Einsatzmöglichkeiten in der tiergestützten Therapie. Ob Kinder, Senioren, körperlich und geistig Behinderte oder Menschen, die „einfach nur“ unter großem Stress leiden – die Zielgruppe für die Felinaltherapie ist groß. Selbst Patienten auf Palliativstationen können von der beruhigenden Wirkung der eigenwilligen Vierbeiner profitieren. Was aber würden unsere schnurrenden Gefährten zu ihren therapeutischen und pädagogischen Qualitäten sagen? Vermutlich würden sie es mit einem leisen Gähnen oder dem lässigen Understatement eines Albert Einstein quittieren, der von sich behauptete: „Ich habe keine besondere Begabung, sondern bin nur leidenschaftlich neugierig.“

Quellen:

Hahsler, Marianne: Katzen – Seelenfreunde und therapeutische Helfer. 1. Auflage: Verlagshaus der Ärzte GmbH, Wien, 2011 (Hardcover, 144 Seiten)

Diplompsychologin Regina Lessenthin:
www.lessenthin.de

Institut für interdisziplinäre Erforschung der Mensch-Tier-Beziehung:
www.iemt.ch

Fauna Communication Research Institute:
www.animalvoice.com/home.htm

Kuratorium für Knochengesundheit e. V.:
www.osteoporose.org/willkommen.php

European Society for Animal Assisted Therapy (ESAAT):
www.esaat.org

ZUR AUTORIN:

Helena Petzold arbeitet seit ihrem Studium am Fachbereich Angewandte Sprach- und Kulturwissenschaft der Universität Mainz in Germerheim und einem Aufbaustudium an der Freien Journalistenschule Berlin als Übersetzerin, Journalistin und Autorin. Zusammen mit Loki, „einer kleinen drahtigen Tigerin, die schnurren kann wie ein Rasenmäher“, schrieb sie für die Online-Ausgabe des Katzenmagazins Pfortenhieb die Kolumne „Lokis Welt“, in der Loki die Eigenheiten der Dosenöffner aufs Korn nimmt.