Kleine Zeitung
Sonntag, 20. Juli 2025

Therapeutin auf vier Pfoten

Sie trösten, ohne zu reden: Therapiebegleithunde sind oft Eisbrecher. Wie Hunde in der tiergestützten Therapie arbeiten.

Von Andreas Edler-Retter

Nach dem Amoklauf im Grazer BORG Dreierschützengasse waren sie sofort zur Stelle: Therapiehunde-Teams, die den Schülern und Schülerinnen in den ersten Tagen nach der Schreckenstat emotionalen Halt geben sollten. Mit dabei: Psychologin und Psychotherapeutin Sonja Eherer und ihre Labrador-Hündin Molly. „Ich war nicht als Therapeutin in der Schule, sondern als Begleitung der eigentlichen Therapeutin – Molly", erzählt Eherer.

Molly, vier Jahre alt und als ausgebildeter Therapiebegleithund ansonsten nur Co-Therapeutin, übernimmt in solchen Situationen die Hauptrolle. „Sobald wir einen Klassenraum betreten, strömen die Jugendlichen zum Hund. Es geht viel ums Streicheln. Die Kinder sind dann im Hier und Jetzt – bei Molly, nicht mehr beim Trauma", sagt Eherer. „Sie lachen wieder. Manchmal spielen wir einfache Spiele: Wäscheklammern im Fell verstecken, mit verbundenen Augen Dinge ertasten – das aktiviert die Sinne und bringt die Kinder ins Spüren."

Die Hunde ermöglichen einen niederschwelligen Zugang zur Therapie. In der Nähe eines vertrauten Tiers trauen sich Kinder eher, über Erlebtes zu sprechen – oder sie finden zunächst wortlose Beruhigung. Gerade bei traumatischen Erfahrungen sei dieser nonverbale Kontakt therapeutisch wertvoll, weiß Eherer, die seit 15 Jahren als klinische Psychologin und seit sieben Jahren als Psychotherapeutin arbeitet – seit 2013 auch mit Therapiehunden. „Molly geht rein und stellt keine Fragen. Sie ist einfach präsent und nimmt an", sagt Eherer. Das reiche oft schon, um Vertrauen aufzubauen.

Das zeigt auch die Geschichte von Hannah Weiß (21), seit fünf Jahren Patientin von Sonja Eherer. Der Auslöser: schwere Depressionen, verbunden mit selbstverletzendem Verhalten. „Das hat mich komplett aus der Bahn geworfen." Bei ihrem ersten Besuch in der Praxis hatte Hannah große Angst – vor Verurteilung, vor dem Reden. Dann kam Lila, Eherers erste Therapiehündin. „Sie hat mir einfach Zeit gegeben. Sie war da und hat mich willkommen geheißen. Sie war mein Eisbrecher", erzählt Hannah.

Sonja Eherer weiß, wie wichtig dieser erste Kontakt ist: „Patienten fangen oft über den Hund an zu kommunizieren. Man schafft sofort eine Gemeinsamkeit – und damit eine Beziehung." Auch physiologisch passiere etwas: Allein durch das Streicheln werde Oxytocin ausgeschüttet, der Blutdruck sinke, der Körper entspanne sich. „Früher – in Höhlenzeiten – war es ein Signal der Sicherheit, wenn sich Tiere ruhig verhielten. Dieses Gefühl steckt noch immer in uns." Aber auch wenn die Tiere viel leisten, sind sie keine Therapeuten. „Sie sind ein Medium", sagt Eherer.

Psychotherapie ist heute nicht mehr so stigmatisiert wie noch vor wenigen Jahren. „Vor allem junge Menschen zwischen 20 und 25 kommen heute frühzeitig. Einer geht, erzählt davon – und plötzlich gehen auch andere. Das ist ein positiver Kettenefekt." Auch Weiß sagt: „Früher habe ich noch gesagt, ich gehe zum Arzt, wenn ich zur Therapie gegangen bin. Heute ist das kein Tabu mehr. Therapie ist wie Physiotherapie – wenn etwas weh tut, holt man sich Hilfe." Doch Eherer warnt auch vor falscher Abhängigkeit: „Es darf keine Bindung entstehen, in der Menschen glauben, sie brauchen unbedingt ihren Therapeuten. Ziel ist immer: selbstständig werden."

Molly ist Eherers zweiter Therapiebegleithund. Ihre Vorgängerin Lila starb mit 13 Jahren. Mittlerweile ist die Ausbildung zum Therapiebegleithund staatlich geregelt. Bevor ein „Mensch/Hund"-Team die Prüfung ablegen kann, muss es einen Therapiebegleithunde-Kurs absolvieren „Den darf jeder mit einer fundierten Ausbildung gemeinsam mit dem Hund machen", weiß Christina Klampfer vom AnimalTrainingCenter (ATC). Die Hundetrainerin und Pädagogin leitet dort diese Ausbildungs-Sparte. „Es ist bei der Ausbildung zentral, das Mensch-Hund-Team bestmöglich auf das spätere Einsatzgebiet vorzubereiten", sagt Klampfer. Für den Hund gibt es keine formalen Voraussetzungen, außer dass er mindestens zwei Jahre alt sein muss. Es gehe sehr stark um den Charakter des Tieres, es müsse grundsätzlich Freude an der Arbeit mit Menschen haben. Dazu ergänzend Eherer: „Ein Hund muss neugierig und angstfrei sein, darf keine Probleme mit Lärm haben."

Aber es gibt Grenzen. Ein echter Einsatz, wie etwa nach dem Amoklauf, ist für Hunde anstrengend. „Die Einsätze sind klar geregelt. Zwei bis maximal drei Mal pro Woche darf der Hund so arbeiten – jeweils 45 Minuten", sagt die Hundetrainerin. Auch Sonja Eherer betont: „Das ist ganz viel Kopfarbeit für den Hund, totaler Stress". Deswegen absolviere Molly auch nur zwei Einsätze pro Woche. In Eherers Voitsberger Praxis ist sie jedoch ständig für die Klienten da, als emotionale Stütze und als Türöffnerin. Bezahlt wird sie da mit Leckerlis aus der roten Dose.

Therapeutin Eherer, Hündin Molly und Patientin Hannah Weiß KLZ/EDLER-RETTER

Therapiebegleithunde in Österreich

Was? Eine ergänzende Methode in Psychotherapie, Pädagogik oder im sozialintegrativen Bereich – bei der speziell ausgebildete Tiere eingesetzt werden.
Wie? Der Kontakt zum Tier erleichtert emotionale Öffnung, fördert soziale Kompetenzen und reduziert Stress. Das Tier hat eine wertfreie und neutrale Haltung.
Wer? Nur zertifizierte Mensch-Hund-Teams nach Absolvierung einer anerkannten Ausbildung.
Gesetzliche Grundlage: Seit 1.1.2015 sind Therapiebegleithunde, ebenso wie Assistenzhunde, im §39a des Bundesbehindertengesetzes (BBG) geregelt.
Der Therapiebegleithund ist ein mit seinem Halter und seiner Halterin für die therapeutische Arbeit ausgebildeter und geprüfter Hund. Durch gezielten Einsatz soll er positive Auswirkungen auf das Erleben und Verhalten von Menschen erzielen. Der Hund hilft durch seine Anwesenheit und ist Teil des therapeutischen Konzepts.

Psychotherapeutin Sonja Eherer mit Lila (blond) und Molly ANDREAS SCHWEIGHART

ANZEIGE