

Tiertherapie bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen



Quelle: privat

von
Birgit Mader

bei
Prof.Dr.Phil.Dipl.Psych.
Georg Jungnitsch

Tiertherapie bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen

BACHELORARBEIT

AN DER

OSTBAYERISCHEN TECHNISCHEN HOCHSCHULE REGENSBURG
FAKULTÄT ANGEWANDTE SOZIAL- UND GESUNDHEITSWISSENSCHAFTEN

AUFGABENSTELLER: PROF. DR. PHIL. DIPL. PSYCH. GEORG JUNGNITSCH

VORGELEGT VON

BIRGIT MADER

SEMESTER: WS 2017/18

15.11.2017

Abstract

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit den Folgen, die eine Traumatisierung bei Kindern und Jugendlichen hervorrufen kann und mit den positiven Auswirkungen, die man durch den Umgang mit Tieren bzw. deren geplanten Einsatz auf diese Folgen von Traumata erzielen kann.

Zu Anfang werden die Traumatisierung und ihre Folgen durch die Aufarbeitung von einschlägiger Literatur dargestellt. Dabei wird unter anderem auch auf die Folgen der Traumatisierung auf das Bindungsverhalten des Kindes oder des Jugendlichen eingegangen. Im zweiten Teil werden dann die Grundsätze der Beziehung zwischen Mensch und Tier erarbeitet und schließlich die Vorteile dieser Beziehung auf Körper und Seele von Menschen – vor allem auf traumatisierte junge KlientInnen – aufgezeigt.

Die Arbeit kommt zu dem Ergebnis, dass der Kontakt mit Tieren den Körper, die Psyche und das soziale Verhalten von jungen Menschen äußerst positiv beeinflussen kann. Besonders für traumatisierte Kinder und Jugendliche stellt dies eine gute Möglichkeit dar, einen besseren Zugang zu sich selbst und den Mitmenschen zu finden. Der Einsatz von Tieren hat speziell bei diesen Kindern und Jugendlichen die weiteren Vorteile, dass der typische Therapie- oder Interventionscharakter nicht im Vordergrund steht und die Tiere eine positive Verbindung zwischen den jungen KlientInnen und den bisher abgelehnten Erwachsenen herstellen können.

Leider hat sich die Forschung bis jetzt noch nicht ausreichend mit diesem Thema befasst, sodass eine tiefergehende Beschäftigung damit anzuregen ist.

1 Einleitung

Mir persönlich ist schon länger bewusst, dass die Haustiere meiner Familie eine positive Wirkung auf mich als Kind hatten und dass sie eine große Anziehungskraft auf mich ausübten. Aufgrund meiner Körperbehinderung ist das Reiten der so gut wie einzige Sport, den ich ausführen kann. So hatte ich von Kindesbeinen an Kontakt zu Tieren verschiedener Arten und Größen und dieser Kontakt brach nie ab.

In meinem Studium und spätestens seit der Flüchtlingskrise war immer wieder das Wort Traumatisierung präsent. Mich interessiert dieses Thema sehr, vor allem da es keine eindeutige psychische Störung zu sein scheint, sondern an spezielle Ereignisse gebunden ist.

Für meine Bachelorarbeit hatte ich dann die Idee, diese beiden Themen zu verbinden. Ich wusste, dass es Krankengymnastik auf dem Pferd und Blinden- oder Assistenzhunde gibt. Es interessierte mich nun, ob Tiere nicht nur bei körperlichen, sondern auch bei psychischen Problematiken helfen können. Ich stellte fest, dass es wenig bzw. eine verschwindend geringe Anzahl von Literatur gibt, die das psychische Trauma bei Kindern und Jugendlichen und die Möglichkeit der Therapie durch Tiere miteinander verbindet.

Aus den beiden, oben genannten Interessen entwickelte sich folgende Fragestellung für meine Bachelorarbeit:

Welche positiven Auswirkungen können Tiere auf die Folgen eines psychischen Traumas bei Kindern und Jugendlichen haben?

Zu meiner Vorgehensweise ist zu erwähnen, dass ich von allgemeinen, schon bewiesenen positiven Effekten von Tieren auf den Menschen ausgehe. Diese beziehe ich dann auf die Auswirkungen eines Traumas bei jungen Leuten, da wenig spezifische Literatur über Traumatisierung und Tiertherapie vorzufinden ist.

2 Das Trauma und seine Folgen

Es gibt wenig statisches Material über die Anzahl der traumatisierten Kinder und Jugendlichen in der BRD. Das Trauma-Informationszentrum berichtet von drei Studien: Laut Amaya-Jackson & March belaufe sich die Häufigkeit des Auftretens eines traumatischen Ereignisses bei den unter 14-jährigen 1995 bei 11,7% und bei den 18-jährigen bei 43%. Breslau et al berichte 1991 von einer Auftretenswahrscheinlichkeit von 6,3 % bei Kindern und Jugendlichen. Dagegen habe eine deutsche Studie 1035 12- bis 17-Jährige untersucht, von denen 22,5% von einer traumatischen Situation berichtet hätten. 1,6% dieser jungen Leute hätten nach der Untersuchung dabei die Kriterien einer PTBS erfüllt (vgl. Rösch 2016).

Von dem „Institut für Psychotraumatologie des Kindes- und Jugendalters“ liegen absolute Zahlen vor. Es zitiert die Bremer Jugendstudie mit 4.500 Kindern und Jugendlichen mit einer PTBS und die Landolt-Studie mit 11.000 solcher PatientInnen (vgl. Institut für Psychotraumatologie des Kindes- und Jugendalters 2014, S. 11).

Die Kriminalstatistik 2016 gibt an, dass jeden dritten Tag ein Kind an den Folgen von Misshandlungen sterbe. So seien im Jahr 2015 130 Kinder getötet worden, im vergangenen Jahr seien es 133 gewesen, 100 davon jünger als 6 Jahre, und es hätte 78 Fälle von Tötungsversuchen gegeben. Körperliche Misshandlungen habe es 2016 bei 4.204 Kindern gegeben, darunter 1.913 unter sechs Jahren. Sexueller Missbrauch sei in 13.210 Fällen registriert worden. Jedoch sei vor allem dort die Dunkelziffer sehr hoch. Prof. Dr. Tsokos und Dr. Etzold der Berliner Charité würden von 400 nicht gemeldeten Fällen pro gemeldeten Fall ausgehen (vgl. Deutscher Kinderverein e.V. Essen 2017).

Zusammenfassend ist zu sagen, dass es keine übereinstimmenden Zahlen zum Thema Traumatisierung in der Kindheit gibt, was wohl auch der Tatsache geschuldet ist, dass die Dunkelziffer von Gewalt gegen Kindern und Jugendlichen sehr hoch ist. Trotz allem zeigen diese Zahlen, dass es auch hier in Deutschland ein sehr relevantes Thema ist und es großen Hilfebedarf gibt.

2.1 Definition Trauma

Um die Frage behandeln zu können, wie Tiere jungen traumatisierten Menschen helfen können, muss zunächst einmal geklärt werden, was ein Trauma ist. Laut aktuellem Duden bedeutet Trauma „starke seelische Erschütterung“ oder „Wunde“. Medizinisch

gesehen, ist eine Verletzung immer ein Trauma, unabhängig ob sie den Körper oder die Seele betrifft. In dieser Arbeit werden ausschließlich Verletzungen der Seele, also psychische Traumata betrachtet.

In dem Kinder- und Jugendbuch „Powerbook, Erste Hilfe für die Seele“ wird die Bezeichnung „Nichts-geht-mehr-Situation“ verwendet. Die Charakteristika eines solchen Erlebnisses seien, dass man sich selbst oder ein geliebter Mensch oder ein Tier in Lebensgefahr befinde, dabei gebe es keine Möglichkeit der Verteidigung oder Flucht, so dass man sich hilflos sowie ohnmächtig fühle. Es sei eine „Nichts-geht-mehr-Situation“ (vgl. Krüger 2015a, S. 27). Daran sieht man sehr gut, dass ein Trauma gerade nicht eine psychische Störung, wie die Depression oder Schizophrenie mit klaren Krankheitssymptomen ist, sondern es zunächst alleine um die Situation geht, die das Kind oder der Jugendliche durchlebt hat.

Anders formuliert ist ein Trauma ein „plötzliche[s], intensive[s], gewalttätige[s] und schmerzhaft[e] Ereignis, das für eine Person entweder in direkter oder persönlicher Betroffenheit oder indirekter Beobachtung eine intensive Bedrohung des eigenen Lebens, der Gesundheit und körperlichen Integrität darstellt und Gefühle von Horror, Schrecken und Hilflosigkeit auslöst“ (Fröhlich 2006, S.5). Es geht also immer um subjektive Bewertungen und Emotionen. Aus diesem Grund ist nicht jeder Mensch, der zum Beispiel einen Autounfall oder ein anderes schreckliches Erlebnis hatte, traumatisiert.

Trotz der Tatsache, dass ein Trauma, wie oben dargestellt, aus der subjektiven Bewertung heraus entsteht, gebe es Situationen und Ereignisse, die mit höherer Wahrscheinlichkeit traumatisierend seien als andere. Es seien solche Situationen, bei denen unsere Anpassungsstrategien nicht mehr greifen könnten. Nach Freud sei der Zuwachs von Reizen in solchen Situationen innerhalb kürzester Zeit so stark, dass die Verarbeitung und Aufarbeitung in gewohnter Weise nicht mehr gemeistert werden könne. Die Ärzte und Psychologen Egle, Hoffmann und Jaroschky hätten folgende Risikofaktoren, die die Wahrscheinlichkeit der Entwicklung eines Traumas erhöhen, erforscht. Diese seien: Emotionale und/oder körperliche Misshandlung, sexuelle Misshandlung, Alkohol- und Drogenmissbrauch der Eltern, ärmliche Verhältnisse, Trennung oder Scheidung, psychische und/oder körperliche Erkrankung der Eltern, chronisch familiäre Disharmonie, elterlicher Verlust der Arbeit, Umzüge und Schulwechsel, Wiederverheiratung eines Elternteils, ernste Erkrankung in der Kindheit, Abwesenheit vom Vater, Berufstätigkeit der Mutter im ersten Lebensjahr, Kriminalität und Dissozialität eines Elternteils,

schwere körperliche Erkrankung eines Elternteils und körperliche Gewalt in der Familie. Weiter würden emotionale und körperliche Vernachlässigung, anhaltende Abweisung, häusliche Gewalt, elterliche Machtausübung wie das Münchhausen-Syndrom, Unfälle, schwere Krankheiten des Kindes, Krankenhausaufenthalte, Tod (auch gewalttätig) eines Familienangehörigen, Obdachlosigkeit, Flucht, Krieg, Naturkatastrophen sowie körperliche und geistige Behinderung genannt (vgl. Weiß 2016, S. 26ff).

Auch Garbe spricht von Formen der Traumatisierung, wie Misshandlungen, sexuellen Missbrauch, Vernachlässigung, häufige Bindungsabbrüche sowie Migration und Flucht (vgl. Garbe 2016, S. 41ff).

Gerade an den beiden Ausführungen oben zu möglichen Auslösern für Traumata sieht man, dass eine Typisierung von potentiellen Auslösesituationen für eine Traumatisierung sehr schwierig ist. Manche Situationen mögen uns vielleicht für die Bedrohung eines Kindes mehr einleuchten, wie die Beispiele sexuelle Gewalt oder körperliche Erkrankung, als andere, wie Schulwechsel oder elterlicher Verlust der Arbeit. Dies sollte vor allem uns PädagogInnen dazu aufrufen, genau hinzusehen und zu lernen, bestimmte Verhaltensweisen, die auf eine Traumatisierung hinweisen, richtig zu deuten.

Aufgrund der Komplexität und Vielfalt von traumatisierend wirkenden Situationen ist es in der Wissenschaft wichtig, Begriffe für eine eindeutige Kommunikation zu finden. Die amerikanische Kinderpsychiaterin Lenore Terr habe, aus dieser Tatsache heraus, 1991 eine Klassifizierung für Traumata entwickelt. Diese werde auch heute noch zur Vereinheitlichung benutzt. Nach dieser Einteilung gäbe es Typ-I-Traumata und Typ-II-Traumata:

Ein Typ-I-Trauma sei demnach ein jedes Trauma, das auf einem einmaligen, unvorhergesehenen Ereignis beruhe. Das wäre zum Beispiel ein Autounfall oder ein Überfall. Diese Art von Trauma werde auch Monotrauma genannt.

Ein Typ-II-Trauma sei dagegen nicht ein einziges Trauma, sondern es sind sich kumulierende Situationen, die wiederholt auftreten und deshalb in gewisser Weise vorhersehbar sind. Sie würden auch multiple Traumata genannt. Beispiele für Typ-II-Traumata sind unter anderen chronische sexuelle Ausbeutung und der Aufenthalt in Kriegsgebieten.

Als eine weitere Möglichkeit der Einteilung würden sich von Menschen oder von Naturkatastrophen verursachte und akzidentelle Traumata anbieten. Von Menschen verursachte Traumata seien, wie das Wort schon impliziert, zum Beispiel Krieg und Vergewaltigung und von Naturkatastrophen verursachte unter anderem Erdbeben und Flutkatastrophen. Mit der Beschreibung „akzidentell“ werde nochmals die Zufälligkeit un-

terstrichen, dies wäre beispielsweise ein plötzlicher Unfall (vgl. Landolt/Hensel 2012, S. 16f).

So sagt die Einteilung in Typ-I und Typ-II etwas über die Häufigkeit des auftretenden Traumas aus, was, wie in 2.2 zum Ausdruck kommt, die Schwere der Beeinträchtigung beeinflussen kann. Nach meiner jetzigen Erfahrung durch Literaturrecherchen und Gesprächen mit TraumapädagogInnen kann ich sagen, dass Typ-II-Traumata und menschenverursachte Traumata eine schwerere Verarbeitung und damit schwerere Folgen für die Betroffenen implizieren, dies aber nicht die Regel sein muss. Näheres dazu unter Punkt 2.2.

Auch Garbe benutzt die Typ-I- und Typ-II-Aufteilung. Sie hebt noch zusätzlich hervor, dass das Typ-I-Trauma in einem sonst normal verlaufenden Leben geschehen würde. Es würde das bisherige Gefühl der Sicherheit zwar abrupt unterbrechen, jedoch könne dieses mit Hilfe einer möglichst schnell einsetzenden Therapie wiederhergestellt werden. Bei Typ-II-Traumata gäbe es keinen eindeutigen Anfang und kein eindeutiges Ende. Das Leben sei dadurch im Prinzip ein einziges Trauma. Dies würde oft zu unspezifischen Störungen führen und der Verlauf hänge dabei sehr stark von den Bindungen des Kindes oder Jugendlichen ab (vgl. Garbe 2016, S. 30ff).

Bei den Typ-II-Traumata lasse sich noch zusätzlich eine Besonderheit feststellen: Die einzelnen Ereignisse eines kumulativen Traumas seien für sich genommen oft nicht traumatisierend, sondern es sei ihr Zusammenwirken, das dann zu dem typischen psychischen Bild einer Traumatisierung führe (vgl. Fröhlich 2006, S. 5ff).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ein Trauma eine plötzliche, intensive und gewalttätige Situation ist, die nicht immer von Menschen ausgeführt werden muss. Man denke zum Beispiel an Natur- und andere Katastrophen. Jedoch sind die Traumata, die von Menschen verursacht sind, oft weitaus einschneidender. Gemeinsam haben all diese Situationen, dass sie großen Schrecken und eine unbeschreibliche Überforderung des Organismus darstellen. Man kann sie in Typ-I-Traumata, einmalige, schreckliche Erlebnisse und Typ-II-Traumata, wiederkehrende, zusammenwirkende Lebensbedingungen einteilen. Doch um wirklich zu verstehen, warum Kinder und Jugendliche mit traumatischen Erlebnissen, häufig in allen Lebensbereichen Einschränkungen haben, muss geklärt werden, was neurologisch bei einem solchen Ereignis abläuft.

2.2 Neurologische Vorgänge und Traumafolgestörung

Diese oben genannten Situationen erzeugen im Organismus Stress, weil es aus der Situation kein Entrinnen gibt und andere Lösungen, wie zum Beispiel Kampf, unmöglich sind. Wie dieser Stress sich genau manifestiert, soll nun in diesem Kapitel geklärt werden.

Wie erwähnt, löse eine traumatische Situation Stress aus und dieser führe zu einer Überbelastung im Organismus. Der Körper reagiere dann mit einem Notfall-Programm, um sich vor dem Angriff zu schützen. Dieser Versuch, das schreckliche Ereignis zu vergessen, erzeuge bestimmte Symptome. Bei der Bearbeitung des Traumas mit dem KlientInnen oder im Alltag mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen gehe es eher um das, was auf die Schreckenssituation folgt: Die Traumafolgestörung. Im Überblick seien als Symptomgruppen „Übererregungszeichen“, „Flashbacks“ und „Vermeidungsverhalten“ bzw. „Dissos“ (vgl. Krüger 2015a, S. 28ff) und „Verkleinert sehen“ (vgl. Krüger 2015b, S.70) zu nennen. Die Bedeutungen und die Folgen dieser Symptome werden im Folgenden erläutert.

Bei und auch noch nach einer traumatischen Situation befinde sich das Kind in einem hoch erregten Zustand. Die einzige Möglichkeit, solche Zustände auszuhalten, sei es, sich nicht vollkommen im Hier und Jetzt zu orientieren, also abzuschalten, sich zu betäuben und innerlich von der Situation wegzugehen. Inzwischen sei nachgewiesen, dass Traumafolgestörungen genau deshalb bestünden, weil das Trauma im Organismus noch nicht beendet werden konnte und man gewisse Schutzmechanismen brauche. Diese Schutzmechanismen seien somit auch das typische Bild der Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS), das den Betroffenen Probleme im Alltag bereite.

Die konkreten Symptome seien dabei Übererregung, Intrusion, Vermeidung und das posttraumatische Spiel. Diese werden nun kurz dargestellt.

Der Körper produziere bei einer traumatischen Situation vermehrt Stresshormone und komme so in einen Zustand der Übererregung. Sich innerlich getrieben zu fühlen, Schlafstörungen, Unkonzentriertheit in der Schule etc., Ungeduld, Körperverspannungen und Erschöpfung seien die Folgen.

Intrusion meint, dass immer wieder traumatische Erinnerungen in das Erleben eindringen würden. Mit dem Trauma assoziierte Reize, so genannte Trigger, würden zu erneuter Panik führen. Diese Trigger könnten von innen oder außen kommen. Es könnten beispielsweise Gefühle, Gedanken und Körperreaktionen sein, die dann Flucht-,

Verteidigungs- oder Totstellreflexe auslösen würden. Das Kind reagiere dann wie in der traumatisierenden Situation und könne in dem Moment keine Distanz zum Erlebten aufbauen. Trigger würden also die Erinnerungsspuren des Traumas im Gehirn verstärken. Problematisch sei dabei, dass sie meistens nicht bewusst seien.

Mit der Intrusion stehe die Vermeidung im Zusammenhang. Der traumatisierte Mensch versuche dann möglichst viele Situationen, die Trigger auslösen könnten, zu vermeiden. Dies seien Orte und Personen, die an das Trauma erinnern, aber auch weniger offensichtliche Dinge wie Gerüche, Geräusche und Farben. Zusätzlich würden viele Kinder und Jugendliche mit einem Trauma Nähe, Bindung, Sexualität oder bestimmte innere Zustände vermeiden.

Eine Besonderheit für Kinder bis zu einschließlich zehn Jahren stelle das posttraumatische Spiel dar. Dabei würden die Betroffenen aktiv das traumatische Erlebnis immer wieder durchspielen und würden dabei den TäterInnen sowie den Opfern Raum darin geben (vgl. Garbe 2015, S. 24f).

Man sieht durch die oben genannten dissoziativen Symptome, dass das Trauma in den Köpfen der Kinder und Jugendlichen immer präsent ist. Der Organismus will die Ereignisse zwar verarbeiten, will sie abschließen, ist damit aber überfordert.

Landolt und Hensel beschreiben die Reaktionen der jungen Patienten auf ein traumatisches Erlebnis unter Hinzunahme des Zeitaspektes. Demnach komme es in den ersten Stunden und Tagen zu einer akuten Belastungsreaktion. Merkmale dieser Reaktion sei ein Wechsel von Bewusstseinsengung, Desorientierung, eingeschränkter Aufmerksamkeit und Zuständen von Unruhe.

Aus dieser ersten Reaktion heraus würden sich Anpassungsstörungen wie depressive Störungen und Störungen des Sozialverhaltens entwickeln können, aber häufiger sei die Ausbildung einer Posttraumatischen Belastungsreaktion, kurz PTBS, oder auch einer komplexen Traumafolgestörung.

Die PTBS unterteile sich nach dem ICD-10 in Kriterien A bis F:

Kriterium A beinhaltet dabei, dass eine traumatische Situation vorliegen müsse. Diese Situationen wurden in Punkt 2.1 dieser Arbeit angeführt und erläutert.

Als Nächstes (B) müsse die Situation von dem Patienten immer wieder erlebt werden. Es müssten wiederkehrende, belastende Erinnerungen, zum Beispiel auch in Form von Alpträumen, vorliegen, die auch zu körperlichen Reaktionen führen würden. Bei Kindern trete dabei die Besonderheit auf, dass die Alpträume nicht unbedingt einen erkennbaren Zusammenhang, auch nicht zum Trauma, hätten und sie würden die Erinnerungen auch im immer wiederkehrenden Spiel umsetzen.

Die Kinder und Jugendlichen würden gewisse Strategien entwickeln, um den wiederkehrenden Erinnerungen auszuweichen, die sich im Kriterium C widerspiegeln: Die Betroffenen würden bestimmte Personen, Gefühle, Gespräche, Aktivitäten und andere Dinge, die Erinnerungen an das Trauma wachrufen, vermeiden. Es könne so weit gehen, dass sie eine teilweise (partielle) oder komplette Amnesie erleiden würden. Mit der Vermeidung gehe eine Verlangsamung der Reagibilität (Reaktionsfähigkeit) einher und vor allem Jugendliche sähen ihrer Zukunft oft pessimistisch entgegen (Kriterium D). Die Symptome der Vermeidung, des Wiedererlebens sowie der Übererregung müssten mindestens einen Monat dauern (Kriterium E) und es müsse mindestens ein Funktionsbereich des Lebens klinisch bedeutsam beeinträchtigt sein, um eine PTBS zu diagnostizieren (Kriterium F) (vgl. Landolt 2012, S. 34f).

Aus meiner Sicht kann man sagen, dass diese oben genannten Symptome und Reaktionen des Körpers in Betracht der Heftigkeit dessen, was diese Kinder und Jugendlichen aushalten mussten, ein Stück weit normal oder auf jeden Fall verständlich sind. Weiter kann man behaupten, dass die Kinder und Jugendlichen, wenn sie denn in Sicherheit sind, sich hinsichtlich ihrer Reaktionen wieder normalisieren. Doch ein Phänomen unseres Gehirns, das sonst sehr positiv zu bewerten ist, kann sich auf die Folgen eines Traumas problematisch auswirken: Die Neuroplastizität.

In der Kindheit und Jugend würden die ersten grundlegenden Erfahrungen (positiv oder negativ) zu basalen Reaktionsmustern ausgebildet und dadurch neuronale Strukturen gebildet werden. Traumatische Erfahrungen in dieser Zeit würden nun dazu führen, dass die Betroffenen häufiger als normalerweise zu archaischen, also angeborenen, Überlebensreaktionen greifen müssten. Dadurch werde der Körper ganz automatisch auf „Kampf und Flucht“ programmiert, das heißt unter anderem der Blutdruck und die Anspannung steige. Bereits vorhandene, andere Strukturen würden durch Stresshormone, wie zum Beispiel Cortisol, aufgelöst werden. Das Gehirn strukturiere sich „traumatoplastisch“, es greife also automatisch auf Überlebensreaktionen zurück. Diese Strukturen seien dann jedoch nur schwer wieder zu verändern (vgl. Besser 2013, S. 42f).

Das heißt, das Gehirn eines Kindes oder Jugendlichen setzt bei einer traumatischen Situation das Überleben als höchste Priorität. Aber aus der Tatsache heraus, dass ein junger Mensch erst Muster für Verhaltensweisen lernen muss und er das Trauma eben überlebt hat, wird die Reaktion auf das Trauma als „erfolgreich“ bewertet und somit gelernt. So wird deutlich, warum nach einem Trauma immer noch Symptome auftreten oder warum diese Kinder und Jugendlichen auf neue Situationen immer noch mit alten

Verhaltensmustern reagieren. Sie haben gelernt, dass archaische Reaktionen, wie Totstellen, Kampf und Flucht die einzigen Möglichkeiten des Überlebens darstellen.

Doch nun ist die Frage, wie diese Umstrukturierung und Reaktion des Gehirns genau funktioniert. Nach Huber bestehe eine Trias aus überwältigender Bedrohung von außen, der Alarmreaktion des Körpers und Hilflosigkeit bzw. Machtlosigkeit. Die Amygdala (Mandelkern) sei dabei unser zerebrales Frühwarnsystem, das bei einer Schreckensreaktion, wie dem Trauma, eine starke Erregung im ganzen Gehirn auslöse. So seien nun kortikale (vernunftgesteuerte) und subkortikal-limbische (emotionale) Systeme blockiert. Es könnten nur noch die tiefsten, also die archaischen, Ebenen des Gehirns angesprochen werden. Der Hirnstamm übernehme die Kontrolle. Die evolutionär verankerten Möglichkeiten auf Bedrohung und Angst zu reagieren seien dann aktiviert: Das Bindungssystem sowie Prozesse zur Flucht, Angriff, Erstarrung, Dissoziation und Unterwerfung bzw. der Totstellreflex träten nun in den Vordergrund. Da jedoch diese evolutionär verankerten Reaktionen nicht ausführbar seien, da eben Flucht und Kampf bei traumatischen Situationen nicht möglich sind, bleibe nur noch eine innere und äußere Erstarrung. Funktionen des Organismus würden heruntergefahren bzw. eingestellt, es würden dissoziative Zustände folgen, der Organismus schütze sich also durch Wahrnehmungsveränderung. Dadurch, dass Bewusstsein und Wahrnehmung nun entkoppelt seien, werde das Erlebnis nicht zusammenhängend (multimodal) abgespeichert. Es würden nur sensorische, kognitive, emotionale und körperliche Details des Erlebnisses abgespeichert. Die neuronalen Verschaltungsmuster sowie die synaptischen Netzwerke seien jedoch außerordentlich gut verknüpft, je größer die emotionale Aktivierung, desto besser (vgl. Besser 2013, S. 45ff).

In einfachen Worten reflektiert, heißt dies, die Amygdala meldet zunächst Gefahr. Durch diese Gefahr wird sowohl die Vernunft, also das Nachdenken, als auch die Emotionen dahingehend blockiert, dass nur noch die primitivsten Handlungsweisen, die wir auch mit Tieren gemeinsam haben, aktiviert werden. Die primitiven Handlungsweisen sind unter anderen: Flucht, Angriff, Erstarrung, Dissoziation und Unterwerfung/Totstellen. Das Spezielle ist, dass eine traumatische Situation trotz dieser Maßnahmen nicht aufhört. Da Kinder und auch Jugendliche oft schwächer als ihre Gegner sind, man denke an sexuellen Missbrauch, können sie sich nicht schützen und sie ziehen sich in sich selbst zurück: Dissoziationen folgen. Das heißt, Bewusstsein und Wahrnehmung werden voneinander getrennt, so dass sensorische, kognitive, emotionale und körperliche Erinnerungsfragmente nicht mehr zusammengeführt werden. Die Folge ist, dass sich die Kinder und Jugendlichen oft an Details des Vorfalls erinnern, aber nicht an die komplette Szenerie. Das Problem dabei ist, dass diese Fragmente

sehr gut abgespeichert und erinnert werden, weil sie dem Gehirn aufgrund der Bedrohlichkeit als wichtig erscheinen. Das erklärt, warum das Trauma oft ohne professionelle Hilfe nicht verarbeitet werden kann. Traumata, die von Bezugspersonen ausgelöst werden, haben häufig heftigere Folgen, weil die emotionale Aktivierung immens hoch ist.

In den Ausführungen oben ist immer wieder von Dissoziationen die Rede. Diese sollen als wichtige Symptomatik bei einer Traumatisierung nochmals erklärt werden. Laut aktuellem Duden ist eine Dissoziation psychologisch gesehen eine „krankhafte Entwicklung, in deren Verlauf zusammengehörige Denk-, Handlungs- oder Verhaltensabläufe in weitgehend unkontrollierte Teile und Einzelercheinungen zerfallen“. Es treten also einzelne Funktionen des Körpers bzw. des Gehirns nicht mehr in Zusammenhang. Nach dem Kinder- und Jugendbuch „Powerbook, Hilfe für die Seele, Band 2“ seien „Dissos“ sogenannte „Quälgeister“, die man in der Not der traumatischen Situation gebraucht habe, die wichtig für das Überleben gewesen seien, aber wenn das Trauma vorbei sei, unglaublich stören würden (vgl. Krüger 2015b, S. 84f).

Fachlich korrekt lässt sich ein solcher Zustand wie folgt definieren: „Dissoziation ist ein Zustand, in dem das Bewusstsein nicht mehr in der Lage ist, die Informationen von außen und innen sinnvoll in Einklang zu bringen und in Folge Gedanken und Gefühle voneinander getrennt werden. Dissoziation taucht häufig im Zusammenhang mit traumatischen Erfahrungen auf und wird auch als das Gefühl beschrieben, neben sich gestanden zu haben. Bei Traumatisierung kann ein teilweiser oder völliger Verlust der normalen Integration von Erinnerungen an die Vergangenheit eintreten, um diese aus dem Gedächtnis zu rücken.“ (Weiß 2016, S. 256).

Des Weiteren wird das Dissoziieren als das Hinausschlüpfen aus der Situation beschrieben. Man betrachte dann das Geschehen aus einer Zuschauerperspektive. Ein assoziierter Zustand dagegen, erlaube uns Selbstwahrnehmung und allgemeine Wahrnehmung in visueller, akustischer, kinästhetischer, haptischer und olfaktorischer Form (vgl. Signer-Fischer 2012, S. 244f).

In einem dissoziativen Zustand ist die Wahrnehmung in einem, einigen oder allen oben genannten Bereichen eingeschränkt bzw. nicht mehr möglich. Das heißt, dass Kinder und Jugendliche mit traumatischen Erfahrungen durch das Phänomen der Dissoziation häufig einen geringen Zugang zu sich selbst haben. Dadurch ergeben sich Probleme mit der Sorge um sich selbst und auch in der Interaktion mit anderen, weil man sich selbst schlecht wahrnimmt.

Nach Kissenbeck sei jedoch die Neuroplastizität bei Kindern sehr ausgeprägt und so ist eine Spontanintegration der dissoziativen Anteile einfacher. Dies werde mit zunehmenden Alter immer schwerer (vgl. Kissenbeck 2012, S. 266). Das heißt, je jünger ein Kind bei der Traumatisierung war, desto wahrscheinlicher ist es, dass sich die Dissoziationen mit schneller, professioneller Hilfe lösen und die abgespaltenen Inhalte sich wieder in den Organismus integrieren lassen.

Gerade im Zusammenhang mit Traumata, die die körperliche Integrität bedrohen, sollte der Begriff „Körperschemastörung“ nicht unerwähnt bleiben, obgleich er etwas Ähnlichkeit mit der Dissoziation hat bzw. mit dieser in Zusammenhang steht. Das Körperschema ist per Definition „[ein] räumliches Vorstellungsbild über die Gestalt des eigenen Körpers. Es wird nicht immer mit der Wirklichkeit übereinstimmen, Wissen, Fantasie, Wunschbilder und Affekte wirken zusammen.“ (Weiß 2016, S. 259). Es sei ein persönliches Wissen oder eine Vorstellung darüber, wie unser eigener Körper aussieht, dabei beeinflusse uns unsere Subjektivität, also zum Beispiel Wünsche und Affekte. Schließlich hätten wir nie die Möglichkeit, uns selbst bei etwas zu beobachten. Bei einer Körperschemastörung trete eine krankhaft verzerrte Wahrnehmung des eigenen Körpers auf (vgl. Stangl 2017).

Wie man sieht, hat dieses Phänomen mit Dissoziationen eine gewisse Ähnlichkeit. Trotzdem sollte die Störung des Körperschemas nicht vernachlässigt werden, da sie gerade bei Traumatisierungen mit schweren körperlichen Verletzungen, aus meiner Sicht, relevant sein kann.

Das Alter des Betroffenen ist bei der Verarbeitung des Traumas zusätzlich relevant: „Je jünger das Kind ist, desto gefährdeter ist die psychische Entwicklung durch die Traumatisierung. Es bestehen noch keine Strukturen – wie Realitätsprüfung, Antizipation oder die Fähigkeit zur Symbolisierung oder die Fähigkeit, die Dinge in Worte zu fassen und ihnen damit Ausdruck zu verleihen – zur Verfügung. Es kommt stattdessen zu diffusen Spannungen und zu einem reaktiven Handlungsmuster wie Schreien, Strampeln, Abwenden. Sehr frühe Traumatisierungen werden als innere Spannung und Unruhe erlebt und bleiben wie ein Fremdkörper im seelischen Erleben bestehen und sind der psychischen, kognitiven und sprachlichen Bewältigung nicht zugänglich.“ (Fröhlich 2006, S. 7).

Zusammenfassend lässt sich also sagen, dass die Fähigkeit, etwas zu verbalisieren und andere psychische Fähigkeiten, die mit dem Alter und Entwicklungsstand des Menschen zusammenhängen, die Verarbeitung eines Traumas begünstigen bzw. erschweren können. Vor allem die Verbalisierung des Erlebten scheint positiv zu wirken.

Im Überblick lässt sich zu den neurologischen Vorgängen und den Traumafolgestörungen sagen, dass ein traumatisches Erlebnis immer ein hohes Maß an Stress erzeugt. Der Organismus ist mit der Verarbeitung des Geschehens vollkommen überfordert, zu seinem eigenem Schutz produziert er Symptome, wie zum Beispiel Übererregung, Vermeidungsverhalten usw. Diese Symptome sind zunächst einmal nachvollziehbar und in gewisser Hinsicht auch sinnvoll. Man denke zum Beispiel daran, dass Dissoziationen in gewisser Weise vor den psychischen Schmerzen schützen. Unsere hohe Anpassungsfähigkeit und damit die Produktion von Symptomen, die vor Überforderung schützen, sind dabei durchweg positiv zu beurteilen.

Die erwähnte Neuroplastizität hat jedoch auch negative Seiten. Wenn ein traumatisiertes Kind sich in Sicherheit befindet, braucht es eigentlich keine Schutzmechanismen wie Übererregung, Stress- oder Vermeidungsverhalten mehr. Durch die hohe Anpassungsfähigkeit unseres Gehirns - diese ist im jungen Alter sehr viel höher - lernt es jedoch, dass die Reaktionen beim traumatischen Erlebnis Sinn gemacht haben, weil der Organismus überlebt hat. Aufgrund des hohen Stresses wird diese Überlebensstrategie sehr gut abgespeichert, weil eine hohe Aufmerksamkeit geherrscht hat. Schließlich gibt Stress auch immer eine gewisse Wichtigkeit des Reizes an.

Deshalb bleiben archaische Systeme aktiv, mit der Vernunft gesteuerte Systeme werden deaktiviert, so dass auch alle Bewertungsmechanismen dahingehend beeinflusst sind. So werden bei den Kindern und Jugendlichen auch lange Zeit nach dem Trauma im Alltag diese Systeme angesprochen. Die Betroffenen können daher oft nur mit einem unangemessenen Kampf-, Flucht- und Erstarrungsverhalten reagieren. Ihr Zugang zu den kognitiven, emotionalen und körperlichen Funktionen und Strukturen wurde nachhaltig gestört bzw. geändert. Die PatientInnen müssen erst wieder lernen, nicht mit archaischen, sondern mit vernunftgesteuerten Mechanismen zu reagieren.

Das Alter würde offensichtlich in zwei Aspekten die Manifestierung des Traumas maßgeblich beeinflussen: Junge Kinder hätten ein noch sehr wandlungsfähiges Gehirn. Dadurch könne einerseits ein Trauma im jungen Alter große Spuren hinterlassen, andererseits könnten die vom Trauma veränderten Strukturen durch die richtige und schnelle Hilfe nach einer solchen Situation auch wieder rückverändert werden. Vor allem die sprachliche Repräsentation des Erlebten ermögliche eine Repräsentation des Erlebten im semantischen und episodischen Gedächtnis. So sei eine Verortung in Raum und Zeit und das Erkennen des Erlebnisses als vergangen möglich (vgl. König 2012, S.65).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ein Trauma in allen Lebensbereichen wirkt und „[t]raumatisierte Kinder [...] in der Regel in ihrer körperlichen (motorischen, sprachlichen, kognitiven) Entwicklung erheblich verzögert [sind]. (Fröhlich 2006, S.7).

So lässt sich meiner Meinung nach sagen, dass die Neuroplastizität unseres Gehirns Fluch und Segen zugleich ist. Die Aufgabe von Pädagogen und Pädagoginnen sollte es sein, Traumata so früh wie möglich zu erkennen und den betroffenen jungen Menschen eine adäquate Hilfe zukommen zu lassen.

Man darf, denke ich, nicht vergessen, dass Kinder, aber vor allem auch Jugendliche, ihre Identität erst finden müssen. Dass sie aufgrund ihrer seelischen Verletzungen auf Situationen anders reagieren als Gleichaltrige ohne Traumata, macht, meiner Meinung nach, die Identitätsfindung und die Findung der Zugehörigkeit zu einer Gruppe schwer. Ein Trauma kann manchmal nur eine kurze Zeitspanne andauern, doch die neurologischen Strukturen sind dadurch nachhaltig verändert.

2.3 Trauma und Bindung

Nach einer Darstellung der Definitionsproblematik psychischer Traumata und dem Überblick zu den neurologischen Vorgängen und deren Folgen, soll nun der Aspekt der Bindung bei Traumatisierung beleuchtet werden.

Zunächst muss geklärt werden, warum Bindungen überhaupt in dieser Arbeit über Trauma relevant sind. In den ersten Lebensjahren seien wir auf eine ausreichend gute Versorgung durch unsere Mutter angewiesen. Dabei seien nicht nur Essen und ein warmes Bett nötig, sondern, nach dem Säuglingsforscher Spitz, gehe es auch um Anbindung. Wir bräuchten jemanden, der unsere Grundbedürfnisse nach Sicherheit, Einfühlbarkeit, Schutz, liebevoller Zuwendung, Anregung, Nahrung, Wärme und Unterstützung stille. Wenn wir als Baby Stress hätten, würden wir jemanden zur Beruhigung brauchen. Der junge Mensch brauche ein „verlässliches Band“ zwischen ihm und einer Bezugsperson, eine Begleitung in den ersten Lebensjahren (vgl. Krüger 2015b, S. 43f). So kann man sagen, dass der Mensch ohne den Kontakt zu anderen Menschen zugrunde geht. Vor allem in den ersten Jahren sind wir vollkommen von dem Wohlwollen anderer abhängig. Deshalb nehmen schon die kleinsten Babys Kontakt zur Außenwelt auf, durch Geräusche oder später auch durch ein Lächeln. Die Zuwendung zu anderen ist integraler Bestandteil unserer Existenz.

Nach Brisch würden Kinder und Jugendliche aus diesem Grund Bindungssicherheit benötigen. Das heißt ihre Bedürfnisse müssten immer altersadäquat berücksichtigt und gestillt werden. Nur so könnten dann affektiv-kognitive Muster positiv abgespeichert werden und diese würden für Verlässlichkeit und Vorhersehbarkeit sorgen. Je älter ein Kind werde, desto länger könne die Spanne zwischen Signal des Kindes und Beantwortung seines Bedürfnisses sein. Bindungssicherheit sei immer eine Voraussetzung für kognitive sowie emotionale Lernprozesse (vgl. Brisch 2013, S. 151f). Bindung hat, wie man sieht, nicht nur eine soziale Komponente, sondern unser Gehirn braucht Kontakt zu anderen Mitmenschen, um lernen zu können. Dabei ist das Gefühl von Sicherheit, physischer wie auch psychischer Art, immens wichtig.

Auch nach Garbe liege ein Zusammenhang zwischen sicherer Bindung und gesunder Entwicklung vor. Kinder, die keine gute Bindung zu Bezugspersonen aufweisen könnten, könnten bei Gefahr nicht zu ihnen laufen oder müssten sogar vor ihnen weglaufen. Das Explorationsbedürfnis des Kindes und später des Jugendlichen würde dann eingeschränkt sein. Wenn das Fehlen von Bindungen oder das Bestehen schlechter Bindungen dauerhaft sei, könne der junge Mensch kein Urvertrauen aufbauen. Im schlimmsten Falle verliere das Kind oder der Jugendliche den Willen, nochmals Bindungen einzugehen. Die Sehnsucht, Menschen zu finden, mit denen Bindung möglich sei, bleibe jedoch immer bestehen (vgl. Garbe 2015, S. 47f). Daraus folgt, dass zum einem das Vorhandensein früher Beziehungen, zum anderem die Qualität dieser Verbindung zu anderen Personen entscheidend sind, ob wir Urvertrauen entwickeln können.

Eine Definition von „Urvertrauen“ wird im Überblickswerk „Entwicklungspsychologie“ wie folgt gegeben: „Das erste Element der Vertrauenstrias [damit ist Urvertrauen gemeint, Anm. der Autorin] bezieht sich auf das Vertrauen in andere(s) und entspricht am ehesten interpersonale[m] [sozialem] Vertrauen. [...] also Erwartungen, dass aus einer gegebenen Situation ohne eigenes Zutun bestimmte Ereignisse resultieren. Gleichwohl werden soziale Bezüge dominieren, die sich als das Vertrauen vs. Misstrauen in primäre Bezugspersonen, weitere Bezugspersonen [...] [...] fremde Menschen [...] spezifizieren lässt.“ (Krampen 2002, S. 704).

Das Urvertrauen ist in einfacheren Worten also unser erstes Vertrauen, das im Leben entsteht. Es bezieht sich auf alles andere, was nicht zu unserer eigenen Person gehört. Die Annahme, dass, in etwas flapsigen Worten, die Welt sich ohne unser Zutun weiterdreht. Es ist auch ein generelles Vertrauen oder Misstrauen in andere Personen, angefangen mit den Bezugspersonen.

Nur dieses Vertrauen erlaubt es uns, selbstständig zu werden. Es ist also falsch, zu glauben, dass Menschen selbstständiger werden, wenn sie sich möglichst früh selbst um alles kümmern müssen, weil sie keine helfenden Bindungen haben. Das Gegenteil ist der Fall. Auch spätere Beziehungen werden durch die ersten Erfahrungen mit Mitmenschen maßgeblich beeinflusst. Wer einmal gelernt hat, zu misstrauen und dieses Muster verinnerlicht hat, tut sich später schwer, jemandem Vertrauen und Wohlwollen entgegenzubringen. Im Gegensatz dazu fällt es jemandem, der die Erfahrung gemacht hat, dass im Zweifelsfall immer jemand da ist, leichter, auf neue Bekanntschaften oder generell Neues zuzugehen.

Interessant ist dabei, nach den Darstellungen von Krüger, dass die Erfahrungen, die wir als Baby gemacht hätten, nur als „Gefühl-Erinnerungen repräsentiert seien, siehe hierzu auch 2.2 dieser Ausführungen. Trotz der Tatsache, dass wir sie nicht aktiv erinnern könnten, würden sie sich jedoch auswirken. Das Komplizierte sei dabei, dass uns die Herkunft dieser Gefühle nicht bewusst sei (Krüger 2015b, S. 44ff). Die Beziehungserfahrungen, die wir als Baby gemacht haben, beeinflussen unser weiteres Leben maßgeblich. Problematisch dabei ist, dass das Gehirn von Säuglingen noch nicht sehr ausdifferenziert ist und so nur diffuse Gefühle wahrgenommen und abgespeichert werden können. Die Herkunft dieser Gefühle, also zum Beispiel Ereignisse, die dazu geführt haben, ist nicht im Bewusstsein präsent. So wissen Menschen oft nicht, warum ihr Bindungsverhalten gewisse Kennzeichen aufweist, sondern sie reagieren ganz automatisch so. Dies wird im Folgenden noch genauer erläutert.

Um besser verstehen zu können, wie die Notwendigkeit von Bindung und das Trauma miteinander in Zusammenhang stehen und sich gegenseitig beeinflussen, benötigt man zunächst genaueres Wissen über die Bindungstheorien. Der englische Arzt und Psychotherapeut John Bowlby hat Ähnlichkeiten in den psychischen Auffälligkeiten von Waisenkindern entdeckt. Er habe herausgefunden, dass Menschen bestimmte Muster von Gefühlen, Gedanken und Verhaltensweisen auf nachfolgende Beziehungen anwenden würden. Aus dem Umgang mit den ersten Bezugspersonen ergäben sich also bestimmte Bindungsmuster. Diese Muster ließen sich in den „unsicher-vermeidenden“ (Typ A), „sicher gebundenen“ (Typ B), „unsicher-ambivalenten/unentschlossenen“ und „desorganisierten“ Bindungstyp (Typ C) unterteilen (vgl. Krüger 2015b, S. 49ff).

Auch Landolt und Hensel zitieren Bowlbys Theorie, nach der Kinder bewusste und unbewusste Vorstellungen darüber verinnerlichen würden, inwieweit sie Nähe und Sicherheit von einer Person erwarten könnten.

Die sichere Bindung zeichne sich dabei durch ein flexibles Zusammenspiel zwischen Bindung und Exploration aus. Wenn der Stress nicht mehr allein zu bewältigen sei, wende sich die Aufmerksamkeit des Kindes automatisch einer Bezugsperson zu. Den Wunsch nach Bindung und damit zusammenhängende Emotionen könne der junge Mensch angemessen ausdrücken, so dass die Regulation der Emotionen durch die Bezugspersonen gesichert sei. Wenn der Stress gemeinsam bewältigt worden sei und es wieder eine sichere Basis für das Kind gebe, werde die Aufmerksamkeit wieder auf die Exploration gerichtet.

In der unsicher-vermeidenden Bindungsrepräsentation minimiere das Kind Nähe und Kontakt. Außerdem unterdrücke es schmerzhaft emotionale Erfahrungen. Bei Stress konzentriere sich die Aufmerksamkeit auf Objekte und Aktivitäten anstatt auf die Bindungsbeziehung und damit zusammenhängende Emotionen. Der unsicher-vermeidend gebundene Mensch versuche also Belastungen allein zu bewältigen und sich durch Aktivitäten abzulenken. Exploration und Autonomiebestreben würden so dominieren, dass die emotionale Bedürfniserfüllung sträflich vernachlässigt sei.

Der unsicher-ambivalente Typ, Bindungen zu repräsentieren, zeichne sich dadurch aus, dass ein extremes Bedürfnis nach Nähe, fehlende Abgrenzung und Gefühlsübersteigerung herrsche. Die Person richte sich bei den kleinsten Anzeichen von Stress auf den Wunsch nach Beziehung aus und dieser werde in Form von Passivität sowie Hilflosigkeit oder mit Ärger und Wut zum Ausdruck gebracht. Ein Kind mit dieser Bindungsstrategie sei immer in Alarmbereitschaft, suche ständig die Aufmerksamkeit der Bezugspersonen und halte Trennungen von diesen schlecht aus, auch wenn diese nur sehr kurz ausfallen würden. Das Explorationsverhalten zeige sich dann durch die starke Abhängigkeit eingeschränkt (vgl. König 2012, S. 60f).

Demnach ist die sichere Bindung, die ohne Störungsgehalt. Das Kind entdeckt die Welt dabei immer selbstständiger, weiß jedoch um den „sicheren Hafen“ bei den Eltern und anderen Bezugspersonen. Der unsicher-vermeidende Typ will alles selbst bewältigen. Auftretendem Stress wird mit Ablenkung und nicht mit der Hilfe von anderen begegnet. Beziehungen werden nicht als wichtig oder potentiell helfend empfunden. Schließlich ist die unsicher-ambivalente Bindungsrepräsentation durch zwei sehr verschiedene Aspekte beschrieben: Es gibt einen großen Beziehungswunsch, dieser wird aber durch Hilflosigkeit, Passivität oder Wut und Ärger zum Ausdruck gebracht, was die Mitmenschen eher abschreckt als bindet. Trennungen werden aber durch ein großes Abhängigkeitsempfinden kaum ausgehalten.

Auch Brisch beschreibt, im Grunde genommen, diese Bindungstypen und spricht die Warnung aus, dass bindungsvermeidende Kinder oft als unkompliziert wahrgenommen

werden würden, sie selbst aber einen hohen Wert an Stresshormonen aufweisen würden. Sie würden sich oft an Bezugspersonen klammern, gleichzeitig aber strampeln oder treten. Die organisierten Bindungsmuster seien vor allem durch das vorhersagbare Verhalten gekennzeichnet (vgl. Brisch 2013, S. 155f).

Allerdings beschreibt diese Autorin eine etwas andere Unterteilung der Bindungstypen: Typ I zeige kein Bindungsverhalten, auch bei Bedrohung würden diese Personen keine Bindung suchen und Trennungen verliefen unproblematisch.

Ein undifferenziertes Bindungsverhalten (Typ II a) zeichne sich durch soziale Promiskuität aus. Diese Personen seien undifferenziert freundlich gegenüber allen Personen. Bei Stress hätten sie das Bedürfnis nach Trost und Körperkontakt. Dies sei jedoch nicht an bestimmte Personen gebunden. Höchst auffällig sei bei diesen Kindern, dass sie jeder, der sich in der Nähe befände, problemlos trösten und auf den Arm nehmen könne. Der Typ II b dagegen neige zu einem Unfallrisikoverhalten. Das heißt diese Personen würden keine bindungssichernde Person bei Gefahren suchen, sie würden sogar Gefahren durch riskantes Verhalten provozieren. So würden sie Aufmerksamkeit erhaschen, die sonst nicht ihnen gelte. Durch die Gefahr würden sie adäquates Bindungsverhalten hervorrufen, das sonst von den Bezugspersonen nicht gezeigt würde.

Die uns allen bekannten „Klammerkinder“ würden in Typ III erfasst. Auch im Vorschulalter sei bei diesen Kindern nur in unmittelbarer, fast körperlicher Nähe der Bezugspersonen Ruhe und Zufriedenheit zu beobachten. Das freie Spiel und die Erkundung der Welt seien dementsprechend eingeschränkt. Ängstlichkeit wie Trennungsängste seien Merkmale dieses Typus'. Sie würden meist sozial isoliert aufwachsen, da sie sich nicht außerhalb der Familie aufhalten könnten. Trennungen würden sie großen Widerstand entgegensetzen, zusätzlich entstehe großer Stress und dadurch panikartiges Verhalten.

Übermäßige Anpassung an die Bindungspersonen und ein gehemmttes Bindungsverhalten sei im Typ IV vorzufinden. In Abwesenheit ihrer Bezugsperson seien diese Kinder weniger ängstlich und Erkundungen seien dort für sie leichter zu bewältigen. Vor allem körperlich misshandelte Kinder oder solche, bei denen Gewalt angedroht oder angewendet wurde, würden auf diese Weise reagieren.

Bei Typ V [der Autor nennt zweimal Typ IV, Anm. d. Autorin] seien die jungen Menschen oft bei der Kontakt- und Bindungsaufnahme aggressiv, auch bei den bevorzugten Bindungspersonen. Der versteckte Bindungswunsch würde dadurch kaum gesehen. Ein Teufelskreis des Agierens entstehe, da die Kinder immer aggressiver werden würden, je weniger Bindung ihnen ermöglicht werde und die steigende Aggressivität die Mitmenschen immer mehr hemme, Kontakt mit ihnen aufzunehmen.

Typ VI beschreibe eine Rollenumkehr. Dabei seien die Kinder für die Herstellung von Sicherheit und die Sorge im Alltag zuständig, nicht die Eltern. Die Ablösung im Laufe der Entwicklung würde dadurch verzögert und es entstehe große Unsicherheit. Bei Gefahr würden sich die jungen Menschen nicht an Bindungspersonen wenden, da sie dort keine Hilfe erwarten könnten (vgl. Brisch 2013, S. 160ff).

Nun soll dargestellt werden, wie eng dies mit Traumatisierungen zusammenhängt. Durch die neurologischen Veränderungen habe ein Kind nach Krüger mit einer traumatischen Erfahrung ein verändertes Verständnis von sich selbst. Diese Veränderungen würden sich immer auch auf die Bindungen auswirken. Dadurch, dass die Kinder und Jugendlichen mit traumatischen Erlebnissen oft sehr schnell überall Gefahr sähen, träten sie auch ihren Mitmenschen zunächst einmal mit Misstrauen entgegen (vgl. Krüger 2015a, S. 87f). Die Kinder und Jugendlichen, von denen in dieser Arbeit die Rede ist, haben mit größter Brutalität gelernt, dass ihnen Erwachsene nicht helfen können oder von ihnen sogar direkt Gefahr ausgeht. So ist es, wie ich finde, nicht verwunderlich, dass sie kein Vertrauen zu anderen Menschen aufbauen wollen und können.

Man muss bei dem Thema „Bindung und Trauma“ unterscheiden, ob die Bindung an sich zur traumatischen Situation geführt habe oder das Trauma losgelöst von der Bindung passiert sei. Wenn ein Kind oder Jugendlicher die Erfahrung gemacht habe, dass mindestens eine Person konstant für ihn da sei, verarbeite es ein Trauma leichter, als wenn diese Ressource nicht vorhanden sei (vgl. Krüger 2015b, S. 48f). Das kann man bei sich selbst im Alltag übrigens auch beobachten. Wenn wir Stress und Probleme im Beruf oder in sonst einem Lebensbereich haben, werden die negativen Gefühle schon dadurch minimiert, dass wir die Möglichkeit haben, mit jemandem über unsere Sorgen sprechen zu können oder dieser auch einfach körperlich anwesend ist. Das gilt auch bei Traumata, zumindest wenn die Bindung nicht traumatisch belegt ist.

Eine stabile Bindung bei einem Trauma habe immer positive Effekte auf die Verarbeitung des Geschehens. Wenn ein junger Mensch mit einer Situation nicht mehr fertig werde, was bei einem Trauma immer der Fall sei, würden Bindungen den weiteren Verarbeitungsprozess steuern und zwar dahingehend, welche externen Unterstützungsmöglichkeiten angeboten und wahrgenommen werden würden. Aus einer sicheren Bindung gehe unter anderem die Möglichkeit hervor, Emotionen zu regulieren, indem man nach dem Spracherwerb über Belastungen sprechen könne und Bindungsbedürfnisse beantwortet werden würden. So könne das Kind oder der Jugendliche das Trauma langsam im Gedächtnis integrieren (vgl. König 2012, S. 65f).

Folglich können vor allem sehr junge Kinder ihre Emotionen nicht vollständig alleine kontrollieren, aber auch ältere müssen über ihre Gefühle sprechen dürfen, um sie gut verarbeiten zu können. Nur eine sichere Bindung mit stabilen Bezugspersonen bietet diese Möglichkeit, weil sie es aushält, über Negatives zu berichten. Das ist für Traumatisierte immens wichtig.

Des Weiteren werde in Untersuchungen betont, dass es bei sexuellen Übergriffen vor allem darauf ankomme, ob es eine Person gebe, die den Kindern oder Jugendlichen glaube. Im Gegensatz dazu würden desorganisierte Bindungen das Risiko für Dissoziationen erhöhen (König 2012, S. 68f). Auch daran sieht man, Kinder und Jugendliche brauchen eine stabile Bindung und vor allem jemanden, der ihnen, und wohl auch an sie glaubt, um die Erlebnisse als geschehen anerkennen zu können sowie sie in ihr Selbstbild zu integrieren.

Auch Brisch betont, dass Bindungen Risiko- und Schutzfaktoren seien: „Kinder mit einer sicheren Bindung sind gegenüber psychischen Belastungen widerstandsfähiger, wie z.B. bei einer Scheidung der Eltern, die für viele Kinder eine große emotionale Belastung darstellt. Sicher gebundene Kinder haben bessere Bewältigungsmöglichkeiten, sie können sich selbst mehr Hilfe holen, sie fragen nach Hilfe, zeigen mehr gemeinschaftliches Verhalten, sind gerne mit anderen zusammen, leben lieber in Gruppen. Und was ganz entscheidend ist, sie haben eine bessere Empathiefähigkeit. [...] Jüngere Kinder [nehmen an], dass der eigene innere Zustand [...] mit dem von allen anderen Menschen in ihrer Nähe [identisch ist].“ (Brisch 2013, S. 158f). Das Vertrauen, dass Erwachsene helfen können, wenn man zu ihnen geht, haben nur sicher gebundene Heranwachsende und diese können sich dann auch sozialer verhalten. Eine bessere Empathiefähigkeit, die bei jüngeren Kindern noch dahingehend entwickelt ist, dass sie annehmen, dass alle in ihrer Nähe dasselbe fühlen, ermöglicht es diesen Kindern wohl, auf andere zuzugehen und damit Ressourcen der Gemeinschaft auszuschöpfen.

Bisher wurde davon gesprochen, dass positive Bindungen die Bewältigung eines Traumas leichter machen und wie sich bestimmte Typen, sich an andere zu binden, klassifizieren lassen. Nun soll geklärt werden, was passiert, wenn junge Menschen Traumata erleben und nicht auf stabile Bindungen zurückgreifen können.

Belastende Familiensituationen, wie Sucht der Eltern oder Gewalt der Eltern sind Beispiele, die immer auch mit Bindungsproblemen in Verbindung gebracht werden. Die Eltern seien, wie Fröhlich beschreibt, in solchen Situationen aufgrund ihrer Biografie normalerweise nicht in der Lage, die Signale ihrer Kinder wahrzunehmen, zu deuten und adäquat zu beantworten. Fehlende Empathie gegenüber den Zöglingen und

dadurch ein Mangel an Zuwendung, Halt und Schutz für die Kinder seien die Folge. So könnten diese von klein auf kein Urvertrauen und keine sichere Bindung herstellen (vgl. Fröhlich 2006, S. 4f). „Eine besonders extreme Erfahrung machen [dabei] Kinder, die von den eigenen Eltern misshandelt oder missbraucht wurden. Sie erfahren, dass die primäre Bezugsperson ihnen nicht hilft und sie nicht beruhigt oder tröstet, sondern selbst zum Angreifer/Aggressor wird. [...] In der Folge kommt es zu einem chronischen Alarm- und Angstzustand, einer ständigen Wachsamkeit oder zu einer Art von Totstellreflex.“ (Fröhlich 2006, S. 8).

Die Bindung zu den eigenen Eltern kann also zum einen durch unzureichende Zuwendung sowie Bedürfnisbefriedigung, zum anderen durch aggressives Handeln, Missbrauch und Misshandlung durch die Eltern traumatisierend wirken.

Dabei sei das Fatale, dass Bezugspersonen eigentlich für Schutz und Sicherheit sorgen sollten. Die Angst, die beim Trauma entstehe, könne so nicht gelöst werden, weil die Schutzbedürftigen nicht vor ihren eigenen Eltern fliehen könnten und auch Kampf aufgrund des Abhängigkeitsverhältnisses keine Option sei (vgl. Brisch 2013, S. 159). Wenn Bezugspersonen und auch Verwandte die Grenzen überschreiten und für Gewalt in irgendeiner Weise verantwortlich sind, verändert sich der Ort des Aufwachsens. Dieser ist so nicht mehr mit Schutz und Sicherheit gekennzeichnet. Eigentlich wollen die Kinder oder Jugendlichen dann fliehen, können es aber nicht, weil ihre Abhängigkeit von den TäterInnen oder oft ein Schuldbewusstsein sie daran hindert. Diese Traumata sind häufig noch schwerer zu verarbeiten, als von „fremden“ TäterInnen ausgelöste.

Ein weiterer Punkt für den Fall, dass die TäterInnen auch zu den Bezugspersonen oder zu dem Personenkreis, mit dem das Opfer regelmäßigen Kontakt habe, gehöre, sei das Vorliegen einer fehlenden Affektregulation. Die traumatisierte Person sei ständig damit überfordert (vgl. Garbe 2015, S. 47).

Am Anfang unserer Entwicklung brauchen wir Menschen jemanden, der unsere Gefühle für uns reguliert, zum Beispiel uns beruhigt, wenn wir abends Monster unter unserem Bett vermuten, ein Spielkamerad uns etwas weggenommen hat oder auch, wenn wir einfach nur müde sind. Eine Person in sehr jungen Jahren kann dies noch nicht selbstständig. Wenn aber eine Bezugsperson oder ein Verwandter für die Traumatisierung gesorgt hat, kann das Kind nicht zu dieser Person gehen, um sich beruhigen zu lassen. Ebenfalls wird dem Kind oder Jugendlichen kaum geglaubt. Noch schwerwiegender tritt dies bei einem Elternteil als TäterInnen zu Tage, so kann das Opfer dann bei niemandem um Hilfe bitten oder auf Beruhigung hoffen.

Man sieht, das Trauma kann sich sehr stark auf das Bindungsverhalten auswirken. Das kann sogar so weit gehen, dass dieses komplett zusammenbricht: „Wiederholen sich diese Erfahrungen [dass Bindungswünsche nicht oder mit Formen von Gewalt beantwortet werden, Anm. d. Autorin] mit verschiedenen Bindungs- und Betreuungspersonen im Laufe ihrer [der jungen Leute, Anm. d. Autorin] Entwicklung, gelingt es nicht, ein Grundvertrauen in die Welt aufzubauen. Schließlich kann das Bindungsverhalten zusammenbrechen. Jugendliche lassen sich nicht mehr auf Beziehungen ein und sind damit schwer erreichbar und lenkbar.“ (Garbe 2016, S. 47). Wenn Kinder und Jugendliche aufgrund von Traumatisierung die Erfahrung gemacht haben, dass Menschen schlecht für sie sind, kann dies dazu führen, dass sie sich unter keinen Umständen mehr auf Beziehungen einlassen. Szenarien wie ein Leben auf der Straße oder die „Wanderung“ durch viele verschiedene Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen sind denkbar.

Eine weitere Problematik bei der Bindung kann die Täter-Opfer-Identifikation sein. Demnach würden auf der Suche nach Liebe in der Opferidentifikation Bindungen zu Tätern oder in der Täteridentifikation Bindungen zu potentiellen Opfern eingegangen werden (vgl. Garbe 2016, S. 48). So kann es nach einer Traumatisierung sein, dass das Kind oder der Jugendliche sich so an die Rolle des Opfers gewöhnt, dass es im Prinzip immer wieder so handelt. Im Buch „Schmerzenskind“ von Nina Ziegler beschreibt die Autorin zum Beispiel, dass das Kind Nina immer wieder von den Männern ihrer Mutter missbraucht und geschlagen wurde. Später als Teenager und Frau suchte sich Nina dann aus eigener Motivation wieder Männer, die sie klein halten und sexuelle Gefälligkeiten verlangten. Dies ist ein typisches Beispiel für Opferidentifikation (vgl. Ziegler 2016).

Um bei diesem Beispiel zu bleiben, wäre dann eine Täteridentifikation gegeben, wenn sich Nina schwächere Kinder suchen und diese dann missbrauchen würde. Sie würde sich dann mit der Stärke ihrer Peiniger identifizieren und diese ausleben, so wie sie es vorher nicht konnte.

Oben wurde beschrieben, wie Bindungen entstehen und welche Folgen Traumatisierungen für das Eingehen von Beziehungen generell haben. Nun soll anschließend überblicksweise auf das konkrete Verhalten dieser Kinder und Jugendlichen sowie die Konsequenzen für die Pädagogik eingegangen werden.

Die Erfahrungen aus der Kindheit würden meistens ohne einen Zugang zum Bewusstsein abgespeichert. Aus diesem Grund gelte es in der Pädagogik zu prüfen, welche Bindungsmuster im Laufe der Kindheit entstanden seien (vgl. Krüger 2015b, S. 53). Um wirklich verstehen zu können, warum eine Person mit traumatischen Erfahrungen in dieser Art und Weise reagiere, müsse man deren „Baby-Anteil“ verstehen, also was in der frühesten Kindheit passiert sei (vgl. Krüger 2015b, S. 64ff).

Für Pädagogen und Pädagoginnen sowie andere Personen, die mit Traumatisierten zu tun haben, lässt sich aus den Theorien zur Bindung also ableiten, dass Biografie-Arbeit sehr wichtig ist. Es muss verstanden werden, warum ein Mensch so geworden ist, wie er sich jetzt gibt, und welche Erfahrungen dazu geführt haben. Diese Erkenntnisse müssen schließlich auch altersgerecht mit den Kindern und Jugendlichen besprochen werden, um ihnen einen besseren Zugang zu sich selbst zu ermöglichen.

Mit dieser Klärung der Verhältnisse in der Kindheit stehe auch im Zusammenhang, dass man verstehe, warum man jetzt gerade so reagiere und ob das in der aktuellen Situation noch angemessen sei (vgl. Krüger 2015b, S. 64ff). Die Kinder und Jugendlichen können mit Hilfe von PädagogInnen lernen, zu verstehen, dass ihr Gehirn aufgrund der früheren Erfahrungen manchmal anders reagiert, als es angemessen ist oder erwartet wird. So können diese dann langsam ein Bewusstsein dafür entwickeln, welche Rolle das Trauma bei ihrem Verhalten spielt und wie die Zusammenhänge sind.

Um mit diesen KlientInnen arbeiten zu können, ist, wie in allen Bereichen der Sozialen Arbeit ein Beziehungsaufbau nötig, der sich aufgrund oben genannter Bindungserfahrungen schwierig gestaltet. Nach Halper und Orville sei es für den Therapieerfolg wenig förderlich, wenn Kinder und Jugendliche nur in der Therapiestunde über ihre Sorgen reden dürften. Deshalb sei es notwendig, dass auch im Alltag ein offener Umgang mit dem Erlebten möglich sei und PädagogInnen dementsprechend geschult seien (vgl. Halper/Orville 2013, S.105ff). Es sei besonders wichtig, dass diese Beziehung zu professionellen HelferInnen viel Stabilität und Klarheit vorgebe, damit eine Öffnung der traumatisierten Kinder und Jugendlichen möglich sei (vgl. Halper/Orville 2013, S. 117f). PädagogInnen müssen also fähig sein, eine klare Struktur im Alltag mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen vorzugeben, um Sicherheit zu geben. Außerdem sollten sie psychisch selbst so stabil sein, dass sie die Erzählungen und Schicksale ihrer Schützlinge aushalten, um eine Verarbeitung zu ermöglichen.

In einem Überblick zur Bindung lässt sich sagen, dass diese sowohl eine Ressource sein kann, um schlimme Erlebnisse zu verarbeiten, als auch selbst zur Traumatisierung führen kann. Stabile Bindungen machen es den Kindern und Jugendlichen möglich, ihre Erlebnisse anzusprechen, um diese besser zu verarbeiten. Wohingegen Bindungsstörungen dazu führen, dass der Umgang mit eigenen inneren Prozessen gestört ist und die Kinder und Jugendlichen mit der Verarbeitung des Traumas überfordert sind. Nicht selten wirkt dann die Bindung selbst traumatisierend. Bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen ist es deshalb besonders wichtig, klare und konstante Beziehungsangebote zu vermitteln und eine offene Kommunikation zu ermöglichen.

Das bisherige Ergebnis der Literaturrecherche stellt dar, dass sich Traumatisierungen sowohl in einer Veränderung von neurologischen Prozessen als auch in Verhaltensveränderungen manifestieren. Besonders hervorzuheben ist dabei das Bindungsverhalten. In den folgenden Ausführungen soll untersucht werden, wie sich positive Effekte des Kontakts zu Tieren auf diese Traumafolgestörungen auswirken können.

3 Positive Effekte von Tieren auf die Folgen von Traumatisierung bei Kindern und Jugendlichen

Es gibt bisher wenige wissenschaftliche Untersuchungen, die speziell auf die Wirksamkeit des Kontaktes zu Tieren auf die Folgeerscheinungen der Traumatisierung bei Kindern und Jugendlichen eingehen. Deshalb werden in dieser Arbeit nachgewiesene positive Effekte des Tieres auf den Menschen auf die Folgeerscheinungen eines Traumas bezogen. Nur wenige Quellen gehen speziell auf das Trauma ein.

3.1 Geschichtlicher Überblick über die Beziehung von Mensch und Tier

Zunächst soll beschrieben werden, wie es dazu kam, dass der Mensch so eng mit Tieren zusammenlebt, wie er es heute tut und wann er zum ersten Mal Tiere auch zu Heilungszwecken nutzte.

Wie wir mit Tieren umgehen würden, sei immer einem Wandlungsprozess unterzogen, dahingehend, wie sich der Alltag in seiner kulturellen Entwicklung wandle und wie sich der Bezug zu Umwelt und Natur ausgestalte. In Zeiten des Aristoteles habe man Tie-

ren eine Seele zugesprochen, die man später unter Einfluss der christlichen Religion allen anderen Lebewesen außer dem Menschen wieder abgesprochen habe. Noch heute sei dieser Einfluss in der westlichen Kultur vorhanden, so dass die Menschen denken würden, sie seien den Tieren überlegen (vgl. Otterstedt 2001, S. 13). So kann man folgern, dass die positiven Effekte von Tieren immer auch davon abhängen, wie unsere Sichtweise auf andere Lebewesen von unserer Kultur geprägt ist. Man denke daran, dass es beispielsweise einen Unterschied machen kann, ob man das Tier im Zusammenhang mit seinem eigenen Überleben sehen muss, wie in afrikanischen Ländern, in denen die Kuh Essen bedeutet und der Löwe ein Feind sein kann, der einem dieses Essen streitig macht oder im Gegensatz dazu, das Tier mehr als Individuum gesehen werden kann, wie beispielsweise in der deutschen Kultur. Hierzulande werden Haustiere als Individuen mit einer eher partnerschaftlichen Beziehung gehalten, zum Beispiel in Form eines Haushundes oder einer Hauskatze oder als Sportpartner beim Pferd. Nur in landwirtschaftlichen Betrieben bzw. Schlachtereien werden heute noch bestimmte Tiere ausschließlich als Nahrung gesehen.

Um diesen Wandel der Sicht historisch nachzuzeichnen, muss man in die früheste Entwicklungsgeschichte des Menschen eindringen. Zunächst habe das Tier unseren Vorfahren zu 90 % als Nahrung gedient. Archäologische Funde, die dem Ende der letzten Eiszeit vor 12.000 Jahren zuzuordnen seien, würden darauf hindeuten, dass dann der Wolf als erstes Tier domestiziert worden sei. Schafe und Ziegen seien gefolgt, anschließend Kühe, Schweine und Pferde. Der Hund sei dabei eine der wenigen Spezies gewesen, die sich freiwillig bei den Menschen aufgehalten habe (vgl. Saur 2008, S. 3f). Man sieht daran, dass sich schon unsere Urahnen von tierischen Begleitern positive Effekte erhofften. Es habe zwar lange gedauert, bis Tiere nicht nur als Nahrung geschätzt worden seien und doch habe es diese Verbindung bei den ersten Menschen auch schon gegeben. Es ist dabei interessant zu erfahren, dass das Tier nicht nur bei äußeren Entwicklungen, wie Schutz, Nahrung und Fortbewegung dem Menschen viel ermöglicht und erleichtert habe, sondern es um viel mehr gegangen sei, wie in Frau Hartmanns Arbeit zu lesen ist. Diese betont, dass Tiere in der ganzen Entwicklungsgeschichte des Menschen für das Finden einer Identität ausschlaggebend gewesen seien: Menschliche Beziehungen seien in der gesamten Entwicklungsgeschichte eng mit Tieren verknüpft gewesen. Nicht nur die Nützlichkeit der Tiere habe dabei im Vordergrund gestanden, sondern der Mensch sei durch die Frage, was ihn vom Tier unterscheidet, zu dem geworden, was er heute ist (vgl. Hartmann 2010, S. 82f). Den Tieren ist demnach nicht nur zuzusprechen, dass es in unserer Lebensweise durch sie eine Erleichterung gab, sondern sie trieben in gewisser Weise unsere Identi-

tätsentwicklung voran und das tun sie noch immer. Nur durch den Schritt, sich vom Affen zu unterscheiden, damit unter anderem aufrecht zu gehen und Werkzeuge zu nutzen, haben wir überhaupt das Wesen „Mensch“ geschaffen. Heute wird uns durch das Wissen, was uns vom Tier unterscheidet, immer auch ein Stück weit bewusst, was „den Menschen“ ausmacht.

Weiter sei mit dem Glauben an einen Gott, dem Monotheismus, und speziell mit dem Judentum, die Unterscheidung zwischen Mensch und Tier in den Vordergrund getreten. Damit sei eine Seele nur dem Menschen zugesprochen worden. In asiatischen Kulturen dagegen, hätte man vermehrt an der archaischen Verbindung zwischen Mensch und Tier festgehalten. In den europäischen Ländern sei es im Zuge der Industrialisierung üblich gewesen, die Mensch-Tier-Beziehung von einer Du-Beziehung zu einer Es-Beziehung zu wandeln. Einen Gegenpol stelle in den westlichen Ländern die Sichtweise dar, Tiere als Status- und Sammelobjekte und damit vermehrt als Freund bzw. Partner zu sehen (vgl. Hartmann 2010, S. 82f). Wie oben schon erwähnt, haben manche Kulturen die natürliche Verbindung zwischen allen Lebewesen in den Vordergrund gerückt. Noch heute werden in Indien Kühe und auch Affen verehrt, so dass sie nicht getötet werden dürfen. Im Fortschritt der Industrialisierung und der Technik ist aus dem Du des Tieres ein Es geworden, der Nutzen wurde gegenüber der Individualität hervorgehoben. Die Massentierhaltung ist aktuell relativ verbreitet. Auf der anderen Seite werden Tiere trotzdem stark individualisiert. Haustiere bekommen einen Namen und sie drücken einen gewissen Status aus, zum Beispiel Kampf-, Familien- oder Rassehund.

Mit der Tatsache, dass die Menschen heute das Tier auch als Du wahrnehmen würden und der dringenden Aufgabe zum Erhalt der Erde ökologisch handeln zu müssen, bestehe jetzt ein Spannungsverhältnis zwischen Beherrschung der Natur und Selbstverwirklichung im natürlichen Kontext. Die Beziehung des Menschen zu Tieren sei durch Nähe und Distanz, Verwandtschaft und Fremdheit geprägt (vgl. Hartmann 2010, S. 84). Das heißt, einerseits ist das Verhältnis zu Tieren heute, meiner Meinung nach, so eng wie noch nie. Wir geben Hunden, Katzen und anderen Haustieren Namen, kaufen ihnen Spielzeug oder Betten, behandeln sie fast schon wie unsere Kinder. Nicht selten bilden wir mit ihnen ein enges Team wie beim Reit- oder Hundesport. Andererseits maßen wir es uns an, den Lebensraum unserer tierischen Weltbewohner zu begrenzen, wir haben Angst vor ihnen, wie zum Beispiel davor, dass der Wolf wieder nach Deutschland kommt und wir lassen Massentierhaltung zu. Unser Verhältnis zu Tieren ist also sehr ambivalent, geprägt von Nähe und Distanz, Freundschaft und Feindschaft sowie Miteinander und Beherrschung.

Bisher wurde ein Überblick darüber gegeben, welchen Stellenwert Tiere für Menschen in den jeweiligen historischen Abschnitten hatten und haben. Nun soll darauf eingegangen werden, wann und wie Tiere als Helfer in unser Leben etabliert wurden. Dass eine natürliche Umgebung mit Tieren zu einer Heilung beitragen könne, sei durchaus keine neue Erkenntnis wie unterschiedliche Quellen zeigen.

In Belgien seien bereits im 8. Jahrhundert Tiere bewusst für therapeutische Maßnahmen eingesetzt worden. 1792 wären in der Einrichtung „York Retreat“, die Bewohner - damals Geistesranke - dazu ermuntert worden, sich um Gärten und Kleintiere zu kümmern. Andere Quellen würden die Anfänge der Tiertherapie in das 9. Jahrhundert datieren. In der „therapie naturelle“ seien unspezifische Interventionen zum Einsatz gekommen, in denen Wert darauf gelegt worden sei, die Nähe zu Tieren in Einrichtungen möglich zu machen. Seit dem 19. Jahrhundert sei in der deutschen Anstalt Bethel für Menschen mit Behinderung sowie Anfallsranke, die heute eine der größten dieser Art ist, auf die heilenden Kräfte von Hunden, Katzen, Schafen und Ziegen vertraut worden. Mitte des 20. Jahrhunderts seien dann tierische Helfer in einem New Yorker Krankenhaus eingesetzt worden, um Kriegsveteranen bei der Erholung von Verletzungen und Traumata beizustehen (vgl. Saumweber 2009, S. 76f und Vernooij/Schneider 2010, S.26f). Genauer beschreibt dies Saur, nach dieser hätte 1944/45 die Luftwaffe Tiere zu intensiven therapeutischen Programmen genutzt, um die Soldaten von ihrer psychisch belastenden Arbeit abzulenken und ihnen Beruhigung zu bieten (vgl. Saur 2008, S. 6f).

Schließlich habe die wissenschaftliche Erforschung der Zusammenhänge der Wirkungen von Tieren auf den Menschen durch den Kinderpsychotherapeuten Levinson circa 1962 ihren Startschuss erhalten. Levinson habe zufällig entdeckt, dass ein autistischer Junge durch seinen Hund Jingles animiert wurde, Kontakt herzustellen und zu sprechen. Seit den 70er Jahren würden sich schließlich zunehmend verschiedene Vereine sowie Gesellschaften für die professionelle Arbeit mit Tieren bilden (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 26f).

Des Weiteren arbeite die Internatsschule „Green Chimneys“ seit 1947 mit emotional auffälligen Kindern und Jugendlichen und Tieren zusammen. Die im vorletzten Abschnitt angesprochenen Vereine, die sich der Arbeit mit Tieren verschrieben haben, seien präzisiert die Dachorganisation Delta Society (Gründung 1989) in den USA. In Deutschland sei man mit dieser Entwicklung noch nicht so weit: 1987 hätte sich der Verein „Tiere helfen Menschen e.V.“, 1988 der Verein „Leben mit Tieren e.V.“ gegrün-

det und schließlich gäbe es seit den 1990er Jahren ein semi-wissenschaftliches Bestreben, die Möglichkeiten der Tiere als Helfer professionell zu untersuchen, um sie weiter in den Alltag von Einrichtungen zu etablieren. Hier seien vor allem Olbrich und Berger für ihre Pionierarbeit bekannt, aber nicht nur auf nationaler, sondern auch auf internationaler Ebene werde die Professionalisierung vorangetrieben. Leider mit wenig deutschsprachigen Autoren sowie Autorinnen (vgl. Saumweber 2009, S. 76f). Zuerst sei in Deutschland nur das therapeutische Reiten von Bedeutung gewesen. Erst in den letzten Jahren steige das Interesse an wissenschaftlichen Projekten dieser Art. Vor allem der interdisziplinäre Austausch und die finanzielle Unterstützung solcher Projekte seien noch zu fördern (vgl. Hartmann 2010, S. 85f).

Rückblickend auf diese Daten lässt sich sagen, dass wir Menschen früh erkannt haben, dass unsere Beziehungen zu Tieren einen Nutzen haben. Wenngleich unsere frühen Vorfahren eher den der Nahrung sowie des Schutzes erkannt haben, wurden bereits im 8. Jahrhundert die Eigenschaften des Tieres für therapeutische Maßnahmen entdeckt. Heute sind Interventionen mit Tieren im amerikanischen Raum stärker verbreitet und genießen dadurch in der Gesellschaft mehr Anerkennung. In Deutschland ist das therapeutische Reiten bei speziellen Krankheitsbildern in der Praxis angekommen, jedoch gibt es trotzdem noch zu wenig wissenschaftliche Forschung. Die Therapie mit anderen Tieren ist viel zu selten im Maßnahmenkatalog enthalten, wie man auch an der spärlichen Literatur zu Trauma und Tiertherapie sehen kann.

3.2 Definitionen und Begrifflichkeiten

Für die professionelle Arbeit mit Tieren werden verschiedene Definitionen und Begrifflichkeiten verwendet. Es gibt einige Überschneidungen, aber auch Unterschiede von deutschen und englischen Begriffen. In meiner weiteren Arbeit werden diese fachlichen Formulierungen keine Rolle spielen, da in der wenigen Literatur über Verfahren mit Tieren für traumatisierte Kinder und Jugendliche kaum auf die Unterschiede eingegangen wird. Der Vollständigkeit wegen, seien diese trotzdem nun genannt.

Der Einsatz von Tieren kann in den unterschiedlichsten Disziplinen geschehen: Im Tierbesuchsdienst würden Haustiere oder auch Tiere aus Tierheimen zur Begleitung von Menschen mit Behinderungen, Krankheiten mit letalen und anderen Diagnosen oder auch sehr alten Personen herangezogen. Dabei geht es darum, den betroffenen

Personen vor allem Ablenkung von ihrem meist beschwerlichen Alltag zu bieten und durch die Tiere eine bessere Lebensqualität zu erreichen.

Des Weiteren könnten Tiere als therapeutische Begleiter in der Physio-, Psycho- oder Ergotherapie dienen. Dort könnten sie für mehr Motivation in der Therapie und damit zu mehr Erfolg führen.

Auch als Begleiter in den verschiedenen therapeutischen Einrichtungen, wie auf den Stationen und bei der Visite in Kliniken und Pflegeheimen, würden Tiere gebraucht. Sie würden dort zur Entspannung sowie Unterhaltung beitragen.

Die wohl perfektionierteste und professionellste Hilfe würden ausgebildete Begleithunde bieten. Sie seien für Blinde, Schwerhörige oder RollstuhlfahrerInnen da und würden für diese Personen stückweise Funktionen ersetzen, die aufgrund von deren Behinderung nicht selbst durchgeführt werden können (vgl. auch Otterstedt 2001, S. 21).

In den verschiedensten Problematiken werden, wie man sieht, tierische Helfer eingesetzt. Das Spektrum reicht dabei von einfachen Besuchen, die auch normale Haustiere durchführen können, bis zu hoch komplexen Aufgaben von Begleithunden.

Bei Marcus werden Hunde nach ihrer speziellen Arbeit klassifiziert. Es gäbe demnach zwei Typen: den Therapiehund oder den Arbeits- bzw. Assistenzhund.

„Ein Therapiehund ist ein Hund, der ein Training und eine Prüfung absolviert hat und befugt ist, Menschen in Pflegeheimen, Einrichtungen für begleitetes Wohnen, Krankenhäusern und Schulen regelmäßig zu erfreuen und positiv zu beeinflussen. Ein Therapiehund sollte kontaktfreudig und freundlich sein und auf Fremde eingehen.“ (Bonomo 2015, S. 22). Die Begriffe „Dienst- oder Assistenzhund“ und „Therapiehund“ würden oft verwechselt werden. Ein Assistenzhund sei dazu da, die speziellen Bedürfnisse seines Herrchens oder Frauchens zu erfüllen. Laut Bundesgesetz würden diese Hunde nicht als Haustiere gelten und hätten aus diesem Grund auch Zugang zu Gebäuden, in denen keine Tiere erlaubt seien, wie öffentliche Ämter. Assistenzhunde seien fast immer im Dienst und würden mit ihrer Bezugsperson eng zusammenleben. Therapiehunde dagegen seien laut Gesetz nicht genau definiert und es handle sich oft um das Haustier des Hundeführers. Sie hätten keine spezielle Aufgabe, sondern sollten Kontakt herstellen. Das Ablenken eines Diensthundes habe für den von ihm abhängigen Menschen schlimme Folgen, wohingegen Therapiehunde für den Aufbau von Kontakt dienen würden und deshalb auch im Dienst abgelenkt werden dürfen (vgl. Bonomo 2015, S. 27ff).

Zusammenfassen lässt sich dies wie folgt: „Assistenztiere übernehmen für ihre Besitzer Tätigkeiten, welche sie selbst nur schwierig oder gar nicht verrichten können. Hier-

zu zählen Blindenhunde, Hörhunde für hörgeschädigte Menschen und Hunde für motorisch benachteiligte Menschen.“ (Saur 2008, S. 4). „[Dagegen sollen] Therapietiere zwar konkreten Kriterien gerecht werden, erfahren jedoch in der Regel nicht die spezielle Ausbildung, welche Assistenztiere benötigen.“ (Saur 2008, S. 5). Die Ausbildung eines Therapietieres ist demnach niedrighschwelliger als die eines Assistenztieres. Meiner Meinung nach, kann man sagen, dass man bei Therapietieren ihre natürlichen Eigenschaften nutzt, wie Kontaktfreudigkeit, Lebhaftigkeit und das Bedürfnis nach Kuscheln, wohingegen Assistenztiere viele spezielle Fähigkeiten und Verhaltensweisen lernen müssen, die sie zwar aufgrund natürlicher Voraussetzungen tun können, aber so ohne Training nie zeigen würden. Ein Beispiel dazu ist, dass einem Blindenhund mit Sicherheit das Suchen ein Stück weit angeboren ist, aber das Anzeigen einer Ampel antrainiert ist, weil diese zunächst nicht interessant ist.

Wenn von der Arbeit mit traumatisierten Kindern oder Jugendlichen die Rede ist, haben wir es, aufgrund der oben genannten Kriterien fast ausschließlich mit Therapietieren zu tun. Trotzdem möchte ich den Lesern und Leserinnen dieser Arbeit eine besondere Form des Assistenzhundes nicht vorenthalten. Es gibt „PTBS-Servicehunde“, die die betroffenen Personen aus Panikattacken und getriggerten Situationen herausholen. Zu sehen ist das unter anderem unter folgenden Links: <https://www.youtube.com/watch?v=iMPcVP7OjLY> (Zugriff: 20.02.2017) und <https://www.youtube.com/watch?v=LG4x0qHbDiw&t=83s> (Zugriff: 16.08.2017). Jedoch habe ich keine Beispiele gefunden, in denen Kinder oder Jugendliche solche Tiere erhielten. Es scheint also eher für spätere Lebensabschnitte relevant zu sein.

Im ersten Teil dieses Kapitels ging es um eine Definition der Tiere, nun möchte ich darauf eingehen, wie die Arbeit mit Tieren klassifiziert werden kann. Nach Hartmann seien die Ordnung und die Vereinheitlichung der Begriffe noch nicht abgeschlossen. Als erstes seien die Begriffe „Pet Therapy“ (PT) und „Pet facilitated Therapy“ (PFT) genannt. „Pet Therapy“ sei dabei der frühere Begriff von „Pet facilitated Therapy“. „To facilitate“ heißt dabei fördern oder erleichtern. Tiere seien also Hilfsmittel von Interventionen. Eine Unterform dieser beiden Begriffe sei die „Pet facilitated Psychotherapy“ (PFP), die sich speziell auf die Psyche der KlientInnen ausrichte. Der Begriff „Animal facilitated Therapy“ (AFT) drücke aus, dass neben Haustieren auch Wildtiere wie Delfine therapeutisch genutzt werden können.

Im Laufe der Zeit hätten sich nun zwei generelle Vorgehensweisen herauskristallisiert: die „Animal-Assisted-Activities“ (AAA) und die „Animal Assisted-Therapy“ (AAT).

Bei den „Animal-Assisted-Activities“ gehe es um die Unterstützung bei erzieherischen, rehabilitativen, therapeutischen und motivationalen Prozessen, um die Lebensqualität zu verbessern. Die durchführende Person brauche dabei keine spezifischen Qualifikationen und es würden keine konkreten Ziele festgesetzt werden, so dass auch keine Dokumentation anfalle.

Dagegen gehe es in der „Animal-Assisted-Therapy“ um eine gezielte und im Voraus geplante Intervention, die soziale, körperliche, emotionale oder kognitive Funktionen fördern solle. Dabei agiere ein Tier mit spezifischen Merkmalen mit einem/r ExpertIn mit spezieller Ausbildung, die ihn/sie zu der Arbeit mit Tieren qualifiziere, zusammen (vgl. Hartmann 2010, S. 87f).

Als englischsprachige Begriffe hätten sich also „Animal-Assisted-Activities“ für unspezifische Interventionen und „Animal-Assisted-Therapy“ für gezielte, geplante Interventionen für die Förderung im sozialen, körperlichen, emotionalen und kognitiven Bereich durchgesetzt. Auch bei Saur werden genau diese Begriffe definiert (vgl. Saur 2008, S. 7-9). Sie fügt jedoch den Begriff „Animal Assisted Education“ (AAE) hinzu. Dieser Begriff sei aus der Tatsache heraus entstanden, dass Lehrkräfte vermehrt auch Tiere mit in den Unterricht nehmen oder Tierbesuchsprogramme starten würden (vgl. Saur 2008, S. 10f). Zu dieser Entwicklung sei auch der Artikel „Lehrerin auf vier Pfoten“ der Augsburger Allgemeinen Zeitung vom 22.07.2014 genannt (vgl. Plesch 2014).

Die deutschen Pendanten dazu sind „Tiergestützte Therapie“, „Tiergestützte Pädagogik“, „Tiergestützte Förderung“ und „Tiergestützte Aktivität“.

In der „Tiergestützten Therapie“ werde die Lebensgestaltungskompetenz mit Hilfe qualifizierter TherapeutInnen und spezifisch trainierten Tieren durch die Umsetzung eines Therapieplans unterstützt. Sie beinhalte verschiedene Heilverfahren aus der Psychologie, Medizin und Pädagogik. Es sei eine gezielte Einwirkung auf spezifische Leistungs- und Persönlichkeitsbereiche. Eine Anamnese sei Grundlage des Therapieplans.

Lernfortschritte im sozio-emotionalen Bereich seien das Ziel der „Tiergestützten Pädagogik“, die ein (sonder-)pädagogisches Personal mit einem spezifisch trainierten Tier durchführe. Die Erfahrung individueller Kompetenzen finde außerhalb rein kognitiver Leistungen statt. Vor allem der Umgang mit fremden und eigenen Emotionen sei im Blickfeld der durchführenden Personen.

Auf die Entwicklung eines Kindes oder Jugendlichen durch die Unterstützung vorhandener Ressourcen sei der Fokus der „Tiergestützten Förderung“ gelegt. Die Qualifikation des Personals sei dabei sehr unterschiedlich, das Tier sei trainiert und eine Dokumentation sinnvoll. Die Förderung entstehe durch die Vergegenwärtigung von Ressourcen. Ein eigenverantwortliches Leben führen zu können, sei dabei das Ziel.

In der „Tiergestützten Aktivität“ lege man Wert auf die allgemeine Verbesserung von Lebensqualität und Wohlbefinden durch die spontane Ausführung durch Laien mit geeignetem Tier. Man nutze dabei die Möglichkeit der Beziehung zu Tieren als Alternative zu der von Personen. Die durch das Tier erzeugte angenehme Atmosphäre fördere die Kommunikation und Interaktion. Jedoch seien die Effekte nicht nachhaltig (vgl. Hartmann 2010, S. 88ff).

Je nach dem, was man fördern wolle und worauf der Fokus in tiergestützten Verfahren liege, werden andere Begriffe benutzt. Die oben genannten Begriffe sind in der englischen und deutschen Fassung mit Definition auch bei Vernooij/Schneider und die englischen Variationen bei Saumweber zu finden. Frau Saumweber setzt dabei die englischen Begriffe den deutschen gleich, wobei Vernooij und Schneider beide Sprachen getrennt vorstellen (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 29-41 und Saumweber 2009, S. 71-76).

Schließlich lässt sich sagen, dass je nach Sprachraum unterschiedliche Definitionen und Begriffe in Gebrauch sind und es schwierig ist, sie gegeneinander abzugrenzen. Mir ist bewusst, dass der Begriff „Tiertherapie“ impliziert, dass therapeutisch gearbeitet wird. In meiner Arbeit wird dieser Begriff, neben dem universellen Begriff „tiergestützte Verfahren“, trotzdem ausschließlich für alle Verfahren mit Tieren verwendet, da es mir aus der Tatsache heraus, dass die Traumatisierung ein psychisches Phänomen ist, als am sinnvollsten erschien.

3.3 Ausgesuchte Theorien für die Erklärung der positiven Effekte von Tieren auf den Menschen

In meiner bisherigen Arbeit, wurde darauf eingegangen, wie sich eine Traumatisierung bei Kindern und Jugendlichen auf Psyche, Körper und Bindungsverhalten verschieden auswirken kann. Des Weiteren ist illustriert worden, dass das Tier mit dem Menschen in dessen Entwicklungsgeschichte schon immer eng verbunden war und dadurch schließlich Ideen entstanden sind, wie man Personen mit verschiedenen Krankheiten durch Tiere helfen kann. Um nun zu meiner Forschungsfrage zu kommen, welche positiven Auswirkungen Tiere auf die Folgen einer psychischen Traumatisierung bei jungen Menschen haben können, möchte ich zunächst kurz auf übergreifende Theorien zur Mensch-Tier-Beziehung eingehen.

3.3.1 Biophilie-Hypothese

Aus der tatsächlichen, engen Verbindung von Mensch und Tier aufgrund ihrer gemeinsamen Entwicklungsgeschichte heraus, siehe 3.1, haben, kann man die Biophilie-Hypothese aufstellen. Sie trifft Aussagen über das Gefühl der allgemeinen Verbundenheit des Menschen zum Tier.

Der Begriff setze sich aus den griechischen Elementen „bio“ (das Leben betreffend, mit Natur zu tun habend, mit Lebewesen in Verbindung stehend) und „philie“ (Liebhaberei, Neigung, Vorliebe) zusammen (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 5). Es ist also die Liebe zum Lebendigen gemeint.

Genauer sei es, gemäß der einschlägigen Literatur, eine physische, emotionale und kognitive Hinwendung zum Leben und zur Natur. Der Mensch habe das Bedürfnis, mit anderen Formen von Leben, seien es eine Pflanze, ein Tier oder auch Landschaften und Ökosysteme in Verbindung zu treten, sowie seine Aufmerksamkeit dorthin zu wenden (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 5 und Saumweber 2001, S. 86 und Hartmann 2010, S. 99). Der Mensch hat von seiner Geburt an das Bedürfnis, von lebenden Wesen umgeben zu sein. Diesem Bedürfnis haben wir es wohl auch zu verdanken, dass selbst in den größten Städten noch Parks und Grünflächen vorhanden sind. Es gibt wohl wenige bis gar keine Personen, die grundsätzlich keine anderen Menschen, Tiere oder Pflanzen mögen bzw. sie in ihrer Wohnung beherbergen. Wir benötigen das Lebendige, um uns wohl zu fühlen.

Doch warum ist das so? Die physische, emotionale und kognitive Hinwendung zum Lebendigen und vor allem zu Tieren sei mit der Spiritualität sowie dem soziobiologischen Zusammenhang zu erklären. Tiere würden im kollektiven Bewusstsein als denkende,ühlende und beseelte Wesen betrachtet werden. Das Töten von ihnen habe schon sehr früh bei Menschen Schuld mit sich gebracht, das Leben mit zahmen Tieren dagegen habe Geister beschwichtigen sollen. Zum anderen wird im soziobiologischen Zusammenhang darauf eingegangen, dass der Mensch nur mit dem Tier zusammen seine Entwicklung bis zum heutigen homo sapiens vollzogen habe. Deshalb seien unsere sozialen Veranlagungen kompatibel mit denen der Tiere (vgl. Julius/Beetz/Kotrschal/Turner/Uvnäs-Moberg 2014, S. 24ff). Man kann an der Kulturgeschichte der Menschen sehen, dass es fast immer Tiere waren und sind, die als spirituelle Wesen gesehen wurden und werden. Man denke dabei an indianische oder auch andere Naturvölker, die Schutztiere hatten und auch Gegenstände, wie Totempfähle,

nach den Vorbildern in der Natur formten. Aber auch in hochentwickelten Nationen sind zum Beispiel Glücksbringer in Form des tierischen Sternzeichens weit verbreitet. Außerdem ist der Mensch, aus soziobiologischer Sicht, wie schon erwähnt, nur durch das Tier zu dem geworden, was er heute ist.

Zusammenfassend kann man erläutern, dass der Mensch dem Tier in der Entwicklungsgeschichte schon immer eine spirituelle sowie soziobiologische Bedeutung zum Maß. Wohl auch aus dieser Bedeutung und einem gegenseitigen Abhängigkeitsverhältnis heraus, entstand eine physische, emotionale und kognitive Hinwendung zu allem Lebendigen. Auch heute, in einer hochtechnisierten und -entwickelten Gesellschaft, wie auch in Deutschland eine solche vorhanden ist, brauchen Menschen die Natur und suchen diese auch. Die Biophilie-Hypothese erklärt damit einmal grundsätzlich, warum Therapie mit Tieren überhaupt funktionieren kann.

3.3.2 Wahrnehmung eines Ichs und eines Dus – Theorien der Spiegelneuronen, der Du-Evidenz und des Anthropomorphismus

Nach der gerade erläuterten Biophilie-Hypothese könnte man nun darauf schließen, dass beispielsweise auch ein Waldspaziergang oder das Sitzen in einer Wiese bei der Behandlung von traumatisierten Kindern und Jugendlichen helfen kann. Nun ist die Bewegung in der Natur durchaus positiv zu beurteilen. Doch warum ein Angebot mit Tieren in der Sozialen Arbeit mehr Vorteile bringt, möchte ich mit Hilfe der Spiegelneuronen-Theorie, der Du-Evidenz und dem Anthropomorphismus beweisen.

Spiegelneuronentheorie

In der Universität Parma hat das Forscherteam um Rizzolatti 1996 eine erstaunliche Entdeckung gemacht: Die Neuronen eines bestimmten Feldes im Großhirn von Makaken Äffchen hätten sowohl reagiert, wenn der Affe die Bewegung selbst ausgeführt habe, als auch wenn er die Bewegung nur beobachten habe können. Durch vermehrte, anschließende Forschung habe man Schlüsse daraus gezogen, dass vermutlich auch Menschen ein ausgeklügeltes System von Spiegelneuronen besäßen. Bisher sei jedoch noch nicht geklärt, ob andere Säugetiere diese Art von Neuronen mit uns teilen würden, so dass Tiere den Menschen zum Spiegeln ihres Verhaltens veranlassen könnten (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 12f).

Auch Hartmann beschreibt die Funktion dieser Neuronen, die spontan und uns unbewusst, das beobachtete oder vermutete Verhalten oder auch Empfinden in unserem eigenem Gehirn rekonstruieren würden. Das passiere dahingehend, dass genau die Areale aktiv werden würden, die normalerweise die direkte Ausführung steuern würden. Man gehe davon aus, dass unser Organismus dies veranlasse, um zum Beispiel Handlungen anderer besser verstehen zu können (vgl. Hartmann 2010, S. 106ff). Im Gegensatz zu Vernooij und Schneider spricht Hartmann den Tieren dabei mehr Einfluss zu: Das Spiegeln müsse durch soziale Interaktion und zwischenmenschliche Beziehungen gelernt werden. Nur so werde der Ausbau des Spiegelneuronensystems veranlasst und intuitives Handeln sowie Verstehen möglich. Auch durch Tiergestützte Arbeit könne man vielfältige Spiegel- und Interaktionsprozesse ermöglichen. Man fand nämlich heraus, dass eine Spiegelung auch zwischen verschiedenen Arten möglich sei, allerdings bis jetzt nur zwischen befreundeten Artenfamilien, das heißt vor allem bei in sozialen Gruppen lebenden höheren Wirbeltieren (vgl. Hartmann 2010, S. 113ff).

Alles in allem kann man sagen, dass die Spiegelneuronen es ermöglichen, eine Handlung durch bloße Beobachtung nachzuvollziehen. Dabei ist noch unklar, ob Tiere diese Neuronen ebenfalls besitzen und ob sie Menschen zum Spiegeln ihres Verhaltens veranlassen können. Manche Quellen gehen, wie oben beschrieben davon aus, dass höhere Wirbeltiere auch artenübergreifend zu einer Spiegelung fähig seien. Trotz der angebrachten Zweifel mancher Autoren ist diese Theorie als These zur Erklärung von dem guten Zusammenspiel von Mensch und Tier, meiner Meinung nach, plausibel. Sie sollte in der Frage, wie Tiere sich positiv auf ein Trauma auswirken können, genannt und überdacht werden. Schließlich ist es ein Ansatzpunkt, warum ein Verständnis und Helfen generell zwischen Arten zustande kommen kann.

Du-Evidenz

Sei es darum, weil unsere Spiegelneuronen ähnlich funktionieren wie die der Tiere oder aus einem anderem Grund, der Mensch kann mit Tieren eine ähnlich gute Bindung eingehen wie mit seinen Mitmenschen. Ein weiterer Erklärungsansatz, warum dies so ist, ist die Du-Evidenz.

Der Begriff sei von Karl Bühler 1922 ins Leben gerufen worden. (Auf das Tier übertragen, habe ihn dann Theodor Geiger (vgl. Hartmann 2010, S. 92)). Es werde darunter die Fähigkeit von uns Menschen verstanden, eine andere Person als Individuum, also als ein Du, anzunehmen und zu respektieren. Ob man einem Tier diese Du-Evidenz zuspreche oder nicht, hänge von der subjektiven Einstellung plus den authentischen

Gefühlen für das Gegenüber ab. Es sei also die sozio-emotionale Ebene entscheidend, ob man mit dem Tier eine gemeinsame Basis finde. Dafür seien vor allem Tiere geeignet, die im Sozialverband leben würden, wie unter anderen Hunde und Pferde, da sie ähnliche emotionale und soziale Grundbedürfnisse wie wir Menschen besäßen. Ihre Körpersprache und Ausdruckweise sei unserer dabei ähnlich, was das gegenseitige Verstehen unterstütze (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 7ff).

Ob ein Mensch das Tier als eigenständiges Individuum betrachtet und ob ein gegenseitiges Verständnis entsteht, kommt, meiner Meinung nach, auf die Persönlichkeit des Menschen an. Wenn man von vornherein keine Tiere mag, wird man sie kaum als eigenständiges Du annehmen. Nichtsdestotrotz sind uns Lebewesen, denen wir ähnliche emotionale und soziale Bedürfnisse zusprechen, „sympathischer“ und ihr Ausdruck gibt uns mehr Raum für Schlüsse. Illustriert wird dies am Beispiel eines Wurms und eines Erdmännchens, eines Tigers und eines Hundes. Obwohl der Wurm und das Erdmännchen beides Wildtiere sind, so dass kein enger Kontakt mit dem Menschen besteht, dürften viele Menschen mehr Interesse am Betrachten eines Erdmännchens haben. Warum ist das so? Die Gründe hierfür dürften dabei liegen, dass das Erdmännchen für uns ersichtlich mehr Kommunikationswege hat, also es pfeift, eine Gestik hat usw. und es auch im Sozialverband lebt, so dass sein Verhalten unserem ein Stück weit ähnlicher ist, als das eines Regenwurms. Zum Beispiel kümmert es sich auch um seine Kinder und weist seine Artgenossen zurecht. Außerdem verfügt es über ein kuscheliges Fell. Doch warum schlägt der Hund den Tiger bezüglich unserer Sympathien? Sie sind sich schließlich beide von Statur und Ausdruck ähnlich. Der Hund wurde aber über Jahrtausende domestiziert und auch wenn wir den Tiger ebenfalls ein Stück weit lesen können, wann er zum Beispiel angreifen oder spielen will, können wir durch die gemeinsame Geschichte seit der Frühzeit des Menschen mit dem Hund besser in Verbindung treten. Dies liegt auch daran, dass Hund und Mensch sich aneinander angepasst haben. Zum Beispiel hat ein Hund unter anderem weniger Angst vor uns als der Tiger, so dass wahrscheinlich auch weniger schnell ein Angriff von ihm zu vermuten ist.

Auch andere AutorInnen betonen, dass zwischen dem Menschen und Tieren, die den höheren Arten angehörig seien, Beziehungen möglich seien, die denen, die Menschen oder Tiere jeweils in ihrer Art kennen würden, entsprächen. Ebenfalls werde auf die Bedeutsamkeit der sozio-emotionalen Ebene und damit womöglich die Fähigkeit zu Empathie und Mitgefühl hingewiesen. Du-Evidenz sei dabei Voraussetzung für die pädagogische sowie therapeutische Arbeit mit Tieren. Das Gefühl des Angenommenseins fördere den Menschen auf vielfältige Weise (vgl. Hartmann 2010, S. 92f).

Um mit Tieren eine Beziehung führen zu können, die der der Menschen untereinander ähnlich ist, muss der Mensch sich in das Tier hineinversetzen. Tiere können uns leider nichts direkt sagen, womit wir uns unserer sozio-emotionalen Intuition bedienen müssen, um in Kommunikation zu treten. Ob wir sozio-emotional in Kontakt treten können, hängt, meiner Meinung nach, unbedingt mit der Fähigkeit zur Empfindung von Empathie zusammen. Therapeutisch und pädagogisch relevant ist dieses Verhaltensrepertoire der Tiere allemal, weil die Du-Evidenz ein Gefühl des Angenommen- und Geschätztwerdens von tierischen Begleitern möglich macht.

Resümieren lässt sich, dass aus einer subjektiven Bewertung heraus Menschen dazu fähig sind, in einem Tier ein eigenständiges Du, ein Subjekt zu sehen. Dies hängt auch davon ab, ob man auf der sozio-emotionalen Ebene eine gemeinsame Basis findet. Je ähnlicher die sozialen und emotionalen Bedürfnisse von Tier und Mensch sind, desto besser gelingt das. Wir haben zum Beispiel mehr Sympathien gegenüber Tieren, mit denen man kuscheln bzw. spielen kann und die in einem Sozialverband leben, also den Herden- und Rudeltieren angehören. Der Grund dafür ist die ähnliche Kommunikations- bzw. Ausdrucksweise. Generell ist die Du-Evidenz dafür verantwortlich, dass therapeutische oder pädagogische Arbeit mit Tieren möglich ist.

Anthropomorphismus und Animismus

Um das Bild zu komplettieren, erwähne ich nun die Theorien des Animismus und Anthropomorphismus, die sehr eng mit der Du-Evidenz zusammenhängen.

Die Anthropomorphisierung ist „die Neigung des Menschen, Tiere wie Menschen zu behandeln. Insbesondere bezogen auf Haustiere lässt sich oft beobachten, dass man den Tieren nicht nur Namen gibt, sondern ihnen auch menschliche Eigenschaften und Gefühle zuschreibt. Aus dieser Haltung heraus spricht der Mensch mit ihnen, fühlt sich mit dem Tier ähnlich verbunden wie mit einem menschlichen Partner, betrauert seinen Tod und pflegt die Erinnerung an ein verstorbenes Tier.“ (Vernooij/Schneider 2010, S. 14).

Der Animismus unterscheidet sich dann vom Anthropomorphismus dahingehend, indem der Animismus von der allgemeinen Belebtheit der Natur ausgeht und allen Erscheinungen in Natur sowie Gesellschaft eine Seele zuspricht. Nach dem Anthropomorphismus hätten Tiere, Götter und Naturgewalten sogar komplett menschliche Eigenschaften. Berühmte Beispiele aus dem Fernsehen oder Kinderbüchern zu letzterem wären Micky Maus, Kermit der Frosch, Bugs Bunny oder Donald Duck. Wenn-

gleich dieses Phänomen bei Kindern häufiger vorkommt, sei der Anthropomorphismus auch bei emotionalen Beziehungen Erwachsener zu Tieren vertreten (vgl. Saumweber 2009, S. 86f).

Ein Stück weit sind diese beiden Ansätze auch in allen tiergestützten Verfahren und somit auch in der Traumatherapie mit Tieren vertreten. Meiner Meinung nach ist dies gut so, denn nur so nehmen die Kinder und Jugendlichen an, dass ein Tier ihnen bei Problemen helfen will und nur so können PädagogInnen Tiere „sprechen“ lassen. Zum Beispiel mache man sich in der Traumapädagogik den Anthropomorphismus dahingehend zunutze, dass man über Fragen wie „was meinst du, was denkt das Pferd Knut dazu“ oder „wie fühlt sich denn Knut gerade“ dann Selbstbeobachtungen möglich macht (vgl. hierzu auch Schaberl/Tarabochia 2007, S. 32ff). Trotzdem darf nicht vergessen werden, dass ein Tier ein Tier ist und eine artgerechte Haltung und Behandlung benötigt.

Es gibt auch noch andere theoretische Ansätze, die sich mit der Mensch-Tier-Beziehung beschäftigen, wie der tiefenpsychologische Ansatz, der grob davon ausgeht, dass Tiere unser Unterbewusstsein ansprechen. Doch sie zu nennen, würde den Rahmen sprengen. Zusammenfassend ist wichtig, dass durch die Verbundenheit mit der Natur und das Sehen eines DUs im Tier, positive Wirkungen auf den Menschen überhaupt möglich werden. Jedoch dürfen die tierischen Bedürfnisse dabei nicht übersehen werden. Ein Tier ist eben mit all seinen positiven Eigenschaften doch kein Mensch.

4 Mögliche Wirkungen von Tieren auf Kinder bzw. Jugendliche und die Relevanz für die Traumatisierung

Durch die enge Verbindung von Mensch und Tier über die gesamte Entwicklungsgeschichte der Menschheit hinweg, wirken Tiere auf unsere Körper. Biophilie, DUEVIDENZ, Spiegelneuronentheorie und Anthropomorphismus bzw. Animismus sind dabei mögliche Erklärungen, warum dem so ist. Nun soll auf konkrete Wirkungen, die für ein psychisches Trauma relevant sind, eingegangen werden.

4.1 Physische Auswirkungen

Unsere Psyche ist unwiderruflich an unseren Körper gebunden. Ohne die Physis gäbe es kein Ich. Durch die Psychosomatik kann immer eindrücklicher bewiesen werden, dass Körper und Geist auch bei Krankheiten zusammenhängen. Wenn man also wissen will, wie Tiere bei einem psychischen Trauma helfen können, kommt man nicht umhin, auch körperliche Wirkungen zu betrachten.

Die Interaktion mit einem Hund wirke auf eine Reihe von neuropsychiatrischen, elektrophysiologischen, neurobiologischen und biochemischen Mechanismen ein, unabhängig davon, ob es das eigene Tier oder ein Therapiehund sei. Beispiele hierfür seien die Hirnaktivität in den Frontallappen, die Impulsleitung in spezifischen Neuronen sowie die Konzentrationen von Botenstoffen und Hormonen (vgl. Penkowa 2014, S. 79). Der Hund und wohl auch andere Tiere haben also eine Wirkung auf Prozesse in unserem Körper, die wir selbst nicht bewusst beeinflussen können. Da die Folgestörungen einer Traumatisierung nicht der Vernunft oder dem Verstand unterliegen, ist die unbewusste, automatische Beeinflussung durch den tierischen Therapeuten ein interessanter Ansatz.

Es ist allgemein bekannt, dass alle körperlichen Funktionen durch die verschiedenen Konzentrationen der körpereigenen, chemischen Stoffe, der Neurotransmitter, gesteuert werden. Unter anderen seien Dopamin, Opioide und Oxytocin für unsere aktuelle psychische Verfassung verantwortlich. Opioide würden zum Beispiel den Bezug zur eigenen Person, die Stimmung sowie Lebensfreude verbessern, außerdem würden sie das Immunsystem stärken und das Schmerzempfinden herabsenken. Oxytocin sei bekannt als das Bindungshormon, das soziale Beziehungen begünstige und unterstütze. Außerdem sei es ein Wohlfühlbotenstoff (vgl. Hartmann 2010, S. 116). In den ersten Kapiteln wurde auf die unterschiedliche Konzentration von Neurotransmittern als Auslöser der Folgestörungen eingegangen. Ähnliche Bindungen wie zu Menschen machen es wohl auch unseren vierbeinigen Freunden möglich, Einfluss auf die Konzentration von Stoffen, wie Bindungshormonen, zu nehmen. Gerade Stoffe wie Opioide und Oxytocin dürften bei traumatisierten Personen relevant sein, da diese mit niedrigem Wohlbefinden sowie Schwierigkeiten bei Bindungen zusammenhängen. Tiere können dabei helfen, bestimmte Stoffe wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Nun bestätigt Neurologin und Professorin Marcus, dass die Anwesenheit eines Hundes, schon nach einigen Minuten, Einfluss auf die Physiologie von Hirnchemie und

Herz habe. Dadurch könne er auf Blutdruck, Stresshormone, Endorphine und Cortisol Einfluss nehmen (vgl. Bonomo 2015, S. 42f). So nimmt die Anwesenheit von Vierbeinern Einfluss auf die Organe und Chemie unseres Körpers. Bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen ist, meiner Bewertung nach, vor allem die Regulation von Endorphinen sowie Cortisol relevant. Endorphine sind Glückshormone. Sie tragen zur Entspannung und der Empfindung von Wohlfühl bei. Cortisol gehört zu den Stresshormonen. Es wird durch den für die Traumatisierung typischen hohen Pegel von Angst, Panik, Gefühlen von Schuld sowie Scham erhöht, weshalb eine Regulation durch das Tier wichtig ist, wie man auch an nachfolgender Quelle sieht:

Nach der Untersuchung von Andrea Beetz und ihrer Arbeitsgruppe würden die physiologischen Indikatoren von Stress in Anwesenheit von Tieren weniger stark ansteigen und dies gelte vor allem für Personen mit unsicherem oder desorganisiertem Bindungsmuster. Wohingegen sicher gebundene Kinder die größte Stresshormondämpfung in Anwesenheit ihrer Bezugspersonen zeigten, sei dies bei den unsicher gebundenen Kindern in Anwesenheit eines Hundes der Fall (vgl. Wohlfarth/Mutschler/Bitzer (2013), S. 183f). Genauer kann man erläutern, dass ein Hund schon nach 15-minütiger Anwesenheit bei Menschen eine höhere Konzentration der Wohlfühlstoffe Oxytocin, Dopamin, Endorphin, Prolaktin sowie Beta-Phenylethylamin im Gehirn hervorrufe. Die Reaktion bei dem eigenen Hund sei dabei kraftvoller und das Oxytocin, was die Qualität von Beziehungen steuere, erreiche schon nach einer bis fünf Minuten den maximalen Pegel. Der Hund könne also unser Nervensystem modellieren, um uns in einen Zustand des Gleichgewichts zu versetzen. So verhindere er den Flight-or-Fight-Zustand und fördere die rationale Denkfähigkeit (vgl. Penkowa 2014, S. 90f). So können Tiere nicht nur unser Fühlen und Denken beeinflussen, sondern sie vermögen dies bei nicht sicher gebundenen Personen, vor allem bei Stress, besser als menschliche Bezugspersonen. Junge, traumatisierte Menschen weisen oft, wie in Punkt 2.3 dieser Arbeit nachzulesen, keine sichere Bindungsrepräsentation auf. Aus diesem Grund sind die oben genannten körperlichen Einflüsse von Tieren auf diese Kinder und Jugendlichen eine gute und mögliche Interventionsvariante. Vor allem die Chance mithilfe von Tieren den Flight-or-Fight-Zustand zu stoppen und somit wieder rationales Denken zu ermöglichen, fördert ein inneres Gleichgewicht.

Ebenfalls werden durch Hormone die Schmerzunempfindlichkeit und das Immunsystem gesteuert. „In der Begegnung mit Tieren haben wir Menschen die Gelegenheit, u.a. durch das Streicheln einen nahen Körperkontakt zuzulassen. Durch die taktilen Reize auf unserer Haut werden körpereigene Hormone stimuliert, die u.a. unser Im-

munsystem stärken und uns schmerzempfindlicher machen.“ (Otterstedt 2001, S. 46). Der Hund habe schmerzstillende Effekte auf den Kopf, den Körper und den Bewegungsapparat bei Kindern von bis zu 34 Prozent (vgl. Penkowa 2014, S. 86 und Bonomo 2015, S. 221ff). Traumatisierte Kinder und Jugendliche sind oft durch Gewalt und sexuelle Übergriffe nicht nur psychischen, sondern auch physischen Schmerzen, auch früheren, ausgesetzt. Die Linderung der Schmerzen durch Tiere macht es dann möglich, wieder einen positiven Bezug zum eigenen Körper herzustellen.

Nun soll noch kurz auf die konkreten Wirkungen auf die Organsysteme eingegangen werden. Nach Hartmann würde schon die reine Anwesenheit von Tieren unseren Blutdruck senken und zur Muskelentspannung beitragen. Auch biochemische sowie neuroendokrine Veränderungen, wie zum Beispiel Beruhigung und Linderung von Schmerz würden hervorgerufen werden (vgl. Hartmann 2010, S. 81). Tiere fördern so allgemein die Gesundheit und das Wohlbefinden. Andere Untersuchungen zeigen ebenso diese Richtung an: Die Anschaffung eines Hundes könne die Häufigkeit von 30 gesundheitlichen Problemen sowie 20 weniger ernsthaften Symptomen lindern, darunter wären unter anderem Rücken-, Kopf-, Gliederschmerzen, Erkältung und Schlafstörungen (vgl. Penkowa 2014, S. 37). Auch die Atemfrequenz und Schmerzen würden in Anwesenheit eines Hundes zurückgehen (vgl. Bonomo 2015, S. 36).

Allgemein seien Hundebesitzer gesünder und das Streicheln senke den Blutdruck (vgl. Bonomo 2015, S. 45ff). Penkowa schildert, dass sich Herz-, Gefäß- und Lungenparameter verbessern würden und dies nicht auf die vermehrte Bewegung mit dem Hund zurückzuführen sei (vgl. Penkowa 2014, S. 45ff). Auch bei Saumweber werde von einer Senkung des Blutdrucks und der Herzfrequenz, einer Stabilisierung des Kreislaufs und des Immunsystems, der Muskelentspannung und einer Aktivierung der Verdauung gesprochen (vgl. Saumweber 2009, S. 91ff). Bei Otterstedt wird eine aktivere, kraftvollere, tiefere Atmung, eine Anregung des Appetits, eine Unterstützung der Genesung und der inneren Heilkräfte erwähnt. Außerdem würden Tiere zu einer bewussten, gesunden Ernährung und zu sportlicher Betätigung anregen (vgl. Otterstedt 2001, S. 31ff). Die oben genannten Verbesserungen sind zwar nicht direkt für ein Trauma relevant. Jedoch steigern sie das menschliche Wohlbefinden, so dass man sich allgemein besser fühlt und dies trägt dann auch zur psychischen Gesundheit bei.

Ein sehr wichtiger Aspekt für die Verarbeitung von Traumata ist die Wahrnehmung. Die Kommunikation mit Tieren, wie zum Beispiel mit Hunden, geschehe häufig auf nonverbaler Ebene. Körperkontakt, Zärtlichkeit und Berührungen würden dabei ermöglicht werden (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 186f). Tiere sprechen uns häufig auf taktiler

Ebene an. In dem Alltag der traumatisierten Kinder und Jugendlichen sind Berührungen und die nonverbale Ebene oft mit negativer Konnotation verbunden, weil sie häufig Schmerzen durch aktive Gewalt oder tragische Unfälle erlebt haben. So sind Tiere eine Möglichkeit, nonverbale Kommunikation und Körperlichkeit wieder mit positiven Erlebnissen zu verknüpfen.

Das Tier rege dabei immer mehrere Sinne an. Visuell könne man das Tier genau beobachten, zum Beispiel auch Erkennungsmerkmale im Fell. Auditiv höre man die Geräusche des Tieres, wie das Hecheln vom Hund. Taktile könne man das Fell ertasten. Den Geruch könne man olfaktorisch wahrnehmen. Eine kinästhetische Wahrnehmung, also die Wahrnehmung von Bewegung, sei zum Beispiel durch das Bewegtwerden beim Reiten möglich (vgl. auch Vernooij/Schneider 2010, S. 20f). Warum diese Form von Kommunikation so positiv für traumatisierte Kinder und Jugendliche ist, wird bei den psychischen und sozialen Auswirkungen noch genauer erklärt.

Aus den oben genannten Fakten kann gefolgert werden, dass Tiere auf alle unsere dem Körper zugehörigen Systeme Einfluss nehmen. Für die Behandlung von Traumata bei Kindern und Jugendlichen ist besonders die Veränderung der Hirnchemie, somit auch der Konzentration von Neurotransmittern sowie Hormonen wichtig. Durch diese Veränderungen werden unter anderem innerpsychische Prozesse angestoßen bzw. beeinflusst. Vor allem die durch Tiere hervorgerufene neue Konzentration von Oxytocin, Dopamin, Endorphin, Prolaktin sowie Beta-Phenylethylamin tragen zur Beruhigung, Entspannung und zum Herauskommen aus sehr emotionalen Zuständen bei. Andere positive Effekte auf Organsysteme und Funktionen des Körpers wirken nicht per se auf das Trauma, tragen jedoch zu einem allgemein besseren Wohlbefinden bei.

4.2 Psychische Auswirkungen

Nachdem nun verdeutlicht wurde, dass Tiere fähig sind, unseren Körper und dabei vor allem die physiologischen Vorgänge unseres Gehirns zu beeinflussen, soll nun geklärt werden, was dies konkret für unser Verhalten und Erleben bedeutet. Die Veränderungen der Persönlichkeit und der Psyche werden dabei mit Blick auf mein Thema nur auf junge Menschen und deren Traumatisierung bezogen.

Zu Beginn sollen zwei Theorien erwähnt werden: Die Direct-Effect-Theorie und die Buffering-Hypothese von Garrity und Stallones. Sie werden beide in einer Doktorarbeit

erwähnt. Die Direct-Effect-Theorie gehe dabei davon aus, dass Tiere eine unmittelbare Wirkung auf das Wohlbefinden von Menschen haben würden. Die Buffering-Hypothese erkläre, dass bei kritischen Lebensereignissen, Tiere Stress positiv moderieren und so indirekt auf die Gesundheit wirken würden (vgl. Saumweber 2009, S. 90). So sind Wirkungen auf unsere Persönlichkeit und Psyche auf jeden Fall vorhanden. Frau Hartmann nennt überblicksartig folgende Wirkungen von Tieren auf die menschliche Psyche: „[...] kognitive Aktivierung [...], [...] emotionales Wohlbefinden [...], [...] Förderung des Selbstwertgefühls [...], [...] gesteigerte Kontrolle über sich selbst und die Umwelt [...], [...] Sicherheit und Selbstsicherheit [...], [...] Stressreduktion, Beruhigung, Entspannung (positive Umbewertung und Trost), [...] [und die] psychologische Wirkung sozialer Integration [...]“ (Hartmann 2010, S. 81). Wie diese Wirkungen auf die Folgen von Traumatisierung Einfluss nehmen können und was sich schließlich daraus ergibt, soll anschließend betrachtet werden.

Befriedigung von Grundbedürfnissen

Tiere können einige unserer menschlichen Grundbedürfnisse befriedigen. Das Spüren von Nähe und Geborgenheit, das Annehmen der Person als eigenständiges Wesens, der Empfang sowie das Geben von Liebe und das Bedürfnis nach Körperwärme sowie Geborgenheit würden auch durch Tiere befriedigt werden (vgl. Otterstedt 2001, S. 35 und S. 187). Die Kinder und Jugendlichen, von denen in dieser Arbeit die Rede ist, haben oft erlebt, dass sie abgelehnt werden. Ihre Bedürfnisse wurden entweder nicht beachtet oder auf das sträflichste missachtet (siehe hierzu auch 2.3 dieser Arbeit). Da sie diese negativen Erlebnisse in Gegenwart von Menschen gemacht haben, bieten Tiere eine gute Alternative, um Grundbedürfnisse, wie Körperkontakt, zu befriedigen, ohne erst einmal Verbindungen zu Mitmenschen aufnehmen zu müssen.

Ein zweiter Aspekt ist, dass Tiere Erinnerungen wachrufen und so zur Verarbeitung dieser beitragen würden (vgl. Otterstedt 2001, S. 189). Der Austausch mit Tieren rege unsere eigenen Gefühle, Gedanken sowie Erinnerungen an (vgl. Otterstedt 2001, S. 183). Außerdem würden uns Hunde, dadurch dass man vor ihnen weinen und traurig sein darf, trösten (vgl. Bonomo 2015, S. 46). Nun könnte man sagen, dass die KlientInnen ihr Trauma durch die Therapie vergessen sollen und Erinnerungen hervorzuholen dabei kontraproduktiv ist. In meinen Ausführungen über das Trauma kann man jedoch nachlesen, dass beeinträchtigende Erinnerungen an die Ereignisse in der Kindheit im Unbewussten „weiterbrodeln“. Kinder und Jugendliche mit einem Trauma haben die schwierige Aufgabe, das Erlebte, wie es war und sich selbst, wie sie dadurch geworden sind, anzunehmen, um dann hoffentlich eine neue Phase im Leben begin-

nen zu können. Tiere helfen dabei, unangenehmes Vergangenes hervorzuholen und betrachten zu können, so dass das Erlebte letztlich verarbeitet wird. Schließlich ist es für traumatisierte Kinder und Jugendliche gewinnbringend, dass man in der Gegenwart von Tieren seine Gefühle herauslassen darf, ohne sich erklären zu müssen. So sind vierbeinige Tröster manchmal geduldiger als menschliche. Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass unsere Hunde meine aktuelle Stimmung immer sensibel wahrgenommen haben und zum Beispiel vermehrt meine Nähe suchten, wenn ich traurig war. Die Hunde waren dann besonders anhänglich und sind solange bei mir geblieben, wie ich es wollte bzw. auch brauchte.

Zu sehr in den Erinnerungen und in Selbstmitleid zu versinken, kann jedoch eine Heilung behindern. Tiere, zum Beispiel Hunde, würden, alleine schon durch die Tatsache, dass sie bewegt werden oder spielen wollen, dafür sorgen, dass wir aktiv bleiben (vgl. Bonomo 2015, S. 49). So können traumatisierte Kinder und Jugendliche mit Tieren einerseits Zugang zu ihren Erinnerungen erhalten, andererseits können sie Energie bzw. auch angestaute Wut, Trauer oder Schmerz abbauen, indem das Tier sie zur Bewegung auf- und herausfordert. Beispielsweise geschieht dies unter anderem durch das Reiten oder das Fangenspielen mit einem Hund.

Nach Zeiten der Aktion und großen Aktivität benötigt unsere Psyche immer wieder auch Phasen der Entspannung. Vierbeiner trügen zur Entspannung des Körpers bei (vgl. Otterstedt 2001, S. 31). Durch die Traumatisierung ist die ganze Person in einer ständigen Anspannung gefangen. Wenn sich jedoch der Körper entspannt, kann sich dies auf die Psyche übertragen, die sich dann besser aus ihrer Alarmbereitschaft lösen kann.

Zu den menschlichen Grundbedürfnissen gehöre, im Einklang der Natur zu leben (siehe auch Biophilie unter 3.3.1), eine Aufgabe zu haben und gebraucht zu werden, sowie eine gewisse Konstanz zu erhalten (vgl. Saur 2008, S. 31ff). Haustiere weisen uns eine konstante Aufgabe zu, indem sie zum Beispiel Wasser und Futter brauchen. Sie wollen ebenfalls täglich Ansprache von uns erhalten. Traumatisierte junge Leute erleben oft einen steten Wechsel von Bezugspersonen, da sie häufig in der stationären Jugendhilfe aufwachsen. Das tägliche Kümmern um ein ihnen anvertrautes Tier, das mit immer ähnlichen Aufgaben verbunden ist, kann eine entscheidende Konstante darstellen, die Stabilität und Sicherheit mit sich bringt.

Als Resümee lässt sich sagen, dass die Grundbedürfnisse von Kindern und Jugendlichen auch ein Stück weit mit Hilfe von Tieren befriedigt werden können. Dabei fällt der Kontakt zum Tier aufgrund der Traumatisierung oft leichter als der zu Menschen.

Entwicklung der Persönlichkeit

Als zweiten Punkt der psychischen Wirkungen lässt sich die Entwicklung der Persönlichkeit nennen.

Durch Zuwendung, Bestätigung, Bewunderung und vor allem durch das Gefühl gebraucht zu werden, könne unser Selbstbild gestärkt werden (vgl. Otterstedt 2001, S. 37). Damit im Zusammenhang stehe die Entwicklung von Eigenständigkeit, ein größeres Selbstwertgefühl (vgl. Bonomo 2015, S. 139), außerdem hebe ein Tier die Stimmung und man habe weniger Angst (vgl. Bonomo 2015, S. 159). „[Der Hund] löst eine verbesserte psychologische und mentale Gesundheit aus, da er Ängste und banges Empfinden reduziert und unser Selbstwertgefühl, unseren Mut, unsere mentale Aktivität, unsere Laune, Selbstsicherheit, Lebensqualität [und] Umgänglichkeit [...] verbessert.“ (Penkowa 2014, S. 78). Auch Vernooji und Schneider erwähnen die Förderung des Selbstkonzepts, Potentialen sowie von Fähigkeiten und Stärken (Vernooij/Schneider 2010, S. 74f). Traumatisierte Kinder und Jugendliche mussten meistens erleben, dass ihre Person bzw. ihr Leben nichts wert ist, so dass sie sich im Anschluss an das Trauma wenig zutrauen. Tiere, vor allem gut trainierte, lassen Menschen schnelle Erfolgserlebnisse ernten, zum Beispiel dadurch, dass ein viel größeres und stärkeres Pferd einem folgt. Dadurch, dass beim Reiten das Pferd einem freiwillig folgt, wird bei einem selbst das Gefühl gestärkt, etwas richtig zu machen, und dass einen das Pferd so annimmt, wie man ist. So helfen Erlebnisse mit Tieren KlientInnen zu einer eigenständigen Persönlichkeit heranzuwachsen.

Dabei ist mitentscheidend, dass ein Hund zum Beispiel die Fähigkeit hat, „unsere Aufmerksamkeit von uns selbst abzulenken, wobei Selbstmitleid oder die Konzentration auf eigene Schwächen und Symptome in den Hintergrund treten“ (Penkowa 2014, S. 62). Flashback-Erinnerungen machen, mit anderen Symptomen zusammen, dem jungen Menschen sein Trauma immer wieder präsent, oft sind damit auch Schuldgefühle verbunden. Tiere verlangen unsere volle Aufmerksamkeit, so dass die eigene Schwäche, Symptome und Selbstmitleid in den Hintergrund treten.

Auch Vernooji und Schneider gehen davon aus, dass tiergestützte Interventionen insbesondere die psycho-soziale Kompetenz fördern würden. Gerade im Hinblick auf Belastungen, würden Tiere unsere Resilienz stärken (Vernooji/Schneider 2010, S. 67).

Bei Traumata ist die Belastungssituation zwar schon eingetreten, trotzdem können Tiere helfen, das Erlebnis besser zu ertragen, indem sie zum Beispiel ein verlässlicher Bindungspartner sind und uns Menschen nicht mit unseren Problemen alleine lassen. Die Widerstandsfähigkeit ist in dieser Hinsicht auf die Folgeerkrankungen zu beziehen.

Zusätzlich würden sich Kinder und Jugendliche in Anwesenheit von Tieren besser konzentrieren können und sie seien ausgeglichener. Die Schüchternheit reduziere sich bei zurückgezogenen Persönlichkeiten. Bei lauten, aus sich herausgehenden Personen wirke das Tier dagegen beruhigend. Durch das Tier falle das Selbstkonzept positiver aus. Außerdem würde man sensibler werden, man könne auf andere Personen besser zugehen und hätte ein größeres Verantwortungsbewusstsein. Ebenfalls würde sich die Lernbereitschaft und –ausdauer erhöhen, so wie die Konzentrationsfähigkeit steigern. So hätten Kinder und Jugendliche eine bessere Beobachtungskompetenz und ihr Wissen erhöhe sich (vgl. Waschulewski/Ignatowicz 2013, S. 15ff). Zum Thema „Tiere als positive Verstärker“ siehe auch Vernooji/Schneider 2010, S. 191ff. Diese Daten wurden alle in mehreren empirischen Studien erfasst und sind allgemein auf Schule, nicht auf Traumatisierung bezogen. Trotzdem sind sie für das Thema dieser Arbeit relevant. Es ist nicht geklärt, warum diese Wirkungen erzielt werden, sondern bisher wurde nur beschrieben, dass es so ist. Das Trauma ist keine spezifische Störung mit eindeutigen Symptomen. Es gibt junge Leute, die sich nach einem solchen Erlebnis völlig in sich zurückziehen, andere zeigen dissoziales, aggressives Verhalten. So ist es positiv zu beurteilen, dass Tiere auf beide Extrempole ausgleichend wirken können. Gerade in der Pubertät, die für Jugendliche mit psychischen oder physischen Einschränkungen noch schwieriger zu bewältigen sei, würden tierische Begleiter wertvollen, seelischen Beistand leisten können (vgl. Gras/ Brenk/ Rippke 2013, S. 131).

Bei all den positiven Einflüssen auf unsere Persönlichkeit ist wohl eines noch besonders wichtig: Kinder und Jugendliche können sich durch alle oben genannten Aspekte in einem anderen Licht sehen. Zusammenfassend lässt sich also sagen, dass Tiere zu der Entwicklung der sozio-emotionalen Kompetenzen beitragen, aber auch die Beziehung zu einem selbst unterstützen. Diese haben Personen mit Trauma oft zwischenzeitlich verloren oder sie fällt negativ aus.

Einfluss auf Emotionen und Kognitionen

Zu der Entwicklung von Persönlichkeit gehört auch das Herauskrystallisieren eines Musters, wie Emotionen und Kognitionen verarbeitet werden. Dies hängt auch mit Traumata zusammen

Wie in Punkt 2.3 erläutert, tragen gute Bindungen in der Kindheit dazu bei, dass ein katastrophales Ereignis besser verarbeitet werden kann. Frühe Erlebnisse seien dabei für die Emotionsregulation sowie die emotionale Intelligenz fundamental. Dabei seien nicht nur Menschen, sondern auch Tiere als Bindungspartner interessant (vgl. Hartmann 2010, S. 95). Junge Leute mit einer vernünftigen Beziehung zu Tieren, die nicht zu eng sei, hätten bessere Strategien zur Emotionsregulation. (vgl. Hartmann 2010, S. 96f). „Vernünftig“ heißt in dem Fall, dass das Tier kein Ersatz für gut funktionierende, menschliche Beziehungen sein kann, sondern eine Ergänzung oder ein Übergang. Dadurch, dass durch ein traumatisches Erlebnis das vernunftbesetzte Denken und Handeln blockiert ist, kann man nach einem Trauma häufig nur emotional reagieren, vor allem mit aggressivem, verteidigendem Verhalten. Wenn sie nicht gerade ein von Bindung völlig losgelöstes Trauma erlebt haben, wie es zum Beispiel bei einem einmaligen Unfall (akzidentelles Monotrauma, ohne Einwirkung von Menschen) der Fall wäre, hatten diese jungen Leute für länger keine Möglichkeit, ihre Emotionen zu kontrollieren. Einerseits durch fehlende Hilfe: Kinder, teils auch Jugendliche, müssen getröstet, in ihrer Freude gezügelt usw. werden. Ein Elternteil, das traumatisierend wirkt, tut das nicht. Andererseits, weil ihre bisherigen Strategien nicht mehr greifen: Das Potential der Emotionen ist so hoch, dass man sich einfach nicht mehr beruhigen kann. Das Kind oder der Jugendliche versuchen zum Beispiel, sich abzulenken. Die Flash-Backs treten aber immer wieder auf. Durch Tiere kann diese fehlende Regulation hergestellt werden, unter anderem dadurch, dass der taktile Reiz vom Fell immer wieder in das Hier und Jetzt zurückführt oder Tiere einfach ein Stück weit Kontrolle fordern. Unkontrolliertes Herumschreien zum Beispiel macht Pferde scheu usw. Auch bei Angst können Tiere die Emotionen regulieren: Beispielsweise beruhigt es einen, wenn ein Hund sich vor einen stellt und so andere auf Abstand hält, wenn man Angst hat oder verunsichert ist.

Wie schon in Punkt 4.1 erläutert, haben Tiere Einfluss auf die chemischen Veränderungen in unserem Gehirn. Dadurch würden wir uns auch psychisch und mental besser fühlen. Unter anderem reduzierten sich die Einsamkeit, der Stress, sowie die Angst und man entwickle einen größeren Kampfgeist (vgl. Penkowa 2014, S. 49). Die Traumatisierung bringt beispielsweise mit sich, dass Kinder und Jugendliche von ihren PeinigerInnen als wertlos deklariert werden, sie niemanden haben, mit dem sie über die Ereignisse sprechen können, und über kurz oder lang Todesangst haben. Tiere dagegen können negative Gefühle und Gedanken ausgleichen, so dass der Alltag mit den Folgestörungen erleichtert wird. Tiere lenken uns Menschen zum Beispiel vom Grübeln

ab und animieren uns zum Spielen, Toben etc. Ein Wohlfühlen ist dadurch für die jungen Menschen wieder möglich.

Bei den physischen Veränderungen (Punkt 4.1) kam die verbesserte Wahrnehmung durch Tiere schon zur Sprache. Dies soll nun noch auf Kognition und Emotion bezogen werden. Wenn wir mit Tieren kommunizieren würden, müssten wir uns, laut Vernooij und Schneider, der analogen Kommunikation bedienen, diese sei uns jedoch weniger bewusst, als die digitale. Die analoge Kommunikationsweise greife vermehrt auf archaische Muster zurück (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 18ff). Dabei besäßen Tiere die Gabe, diese Kommunikation äußerst sensibel wahrzunehmen und darauf sofort zu reagieren (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 23). Mit Tieren reduzieren sich unsere Kommunikationswege auf Ähnlichkeitsbeziehungen, besser als analoge Kommunikation bekannt. Dies heißt, wir haben nur unseren Körper und die Tonlage unserer Stimme zur Verfügung. Weil diese uns weniger bis gar nicht bewusst, aber mit dem archaischen Mustern verbunden ist, spricht das Verwenden von analoger Kommunikation genau die Gehirnareale an, die bei der Traumatisierung alarmiert wurden. Da Tiere äußerst sensibel und schnell auf Körpersprache reagieren, decken sie somit die Emotionen sowie Kognitionen der Kinder und Jugendlichen auf, ohne diese zu verurteilen. Beispielsweise folgt ein Pferd einer zusammengeduckt gehenden Person nicht, weil es dies nicht als „kompetentes“ Führungsverhalten anerkennt. Der junge Mensch wird dann angeregt, darüber nachzudenken, warum er heute diese Haltung hat und wie er sie ändern kann.

Auch Urmoneit beschreibt das oben Genannte. Sie geht dabei noch deutlicher darauf ein, dass aufgrund der ungewohnten Begegnung (mit Pferden) bisherige Kompensationsstrategien nicht greifen und automatisierte Muster aufgedeckt würden. Die Aufdeckung und Auflösung von destruktiven Mustern geschehe jedoch ohne Vorwurf (vgl. Urmoneit 2013, S. 140f). So besitzen Tiere die Gabe, uns aus alten Handlungskonzepten und Gefühls- sowie Gedankenmustern herauszureißen. Das machen sie aber nicht so, dass die Person ihr Gesicht verliert, sondern auf eine Weise, in der Kritik angenommen werden kann. Tiere können unsere destruktiven Gefühls- und Gedankenmuster nicht direkt kommentieren und damit kritisieren, sondern sie reagieren einfach auf das, was gerade geschieht. Wenn das Kind oder der Jugendliche aber immer wieder auf eine bestimmte Situation gleich reagiert, ändert sich die Reaktion des Tieres auch nicht, so dass der Mensch etwas verändern muss, wenn er eine andere Reaktion vom Tier will. So erfährt er, dass er mit dem alten Verhaltensmuster nicht weiter kommt.

Dabei sei wichtig, dass die Eigenwahrnehmung und Selbststeuerung bei der Korrektur durch Tiere gewahrt und immer auf den Augenblick bezogen werde. Die sofortige Spiegelung und Konsequenz der Handlung mache ein Ausweichen in die Vergangenheit nicht möglich. Das Pferd könne Reaktionen nicht zurückhalten, es kenne dort keine Rücksicht (vgl. Urmoneit 2013, S. 140ff). Im Kontakt mit Pferden bekommen Kinder und Jugendliche sofort Rückmeldung. Ein Pferd verbirgt Angst, Unmut etc. nicht. So erfährt man über die Wirkung beim Tier immer etwas über sich selbst. Dabei wird das Kind oder der Jugendliche gezwungen, im Hier und Jetzt zu bleiben. Ein Rechtfertigen, dass die Reaktion einmal Sinn gemacht hat, gibt es beim Tier nicht.

Als wichtigster und letzter Punkt ist zu nennen, dass Tiere Diskrepanzen zwischen Gedanken, Gefühlen sowie Handlungen schonungslos aufdecken. Ein Fallbeispiel des Pferdes Samson und des Kindes Daniel soll dies verdeutlichen: „Samson reagiert [...] eindeutig auf Daniels Körpersprache und lässt sich durch die Diskrepanz nicht verunsichern. Daniels verbal benannte Wut kommt nonverbal beim Pferd nicht an. Samson verbindet mit Daniels Verhalten keinen Angriff und zeigt keinerlei Tendenzen, sich der Situation zu entziehen. [...] Daniel erfährt so auf der unbewussten Ebene Unterstützung im Umgang mit seiner Angst.“ (Urmoneit 2013, S. 131). Dies heißt, dass man Tiere hinsichtlich wahrer Emotionen und Kognitionen nicht täuschen kann. Sie können aus den kleinsten Veränderungen unseres Körpers, sei es die Haltung oder vielleicht auch Schweißgeruch etc., unser wahres Inneres ausmachen. Tiere überlegen dabei nicht, ob sie, zum Beispiel aus Höflichkeit, anders reagieren sollten, sondern geben Antwort auf das, was wirklich da ist. Durch das Trauma kann es sein, dass junge Leute entweder den Zugang zu sich so verloren haben, dass sie selbst gar nicht mehr wissen, was sie fühlen und denken oder dass sie ihr Inneres nicht wahrhaben wollen. Ein Junge, wie Daniel, will zum Beispiel im Teenageralter oft einfach nicht zugeben, dass er Angst hat. Ein Tier, wie Samson, kann dann trotzdem auf die Wirklichkeit Antwort geben und das Gute ist, dass es die Wahrheit nicht weitererzählt.

Zusammenfassend ist zu sagen, dass Tiere insgesamt helfen, uns „besser im Griff zu haben“, wie man so schön im Volksmund sagt. Wichtig dabei ist, dass junge Leute mit Trauma von Tieren nicht nur lernen, Emotionen und damit immer auch Gedanken zu kontrollieren, sondern gerade dann Hilfe erhalten, wenn ihnen diese Kontrolle abhandengekommen ist. Dies machen Tiere mit einer Konsequenz und Feinfühligkeit, die PädagogInnen aufgrund der Evolution auf diese Weise nicht mehr möglich ist.

Alltagskompetenz

Die wichtigste Aufgabe von Kindern und Jugendlichen ist es, zu einer eigenständigen Persönlichkeit heranzuwachsen, dazu gehört die Entwicklung einer Strategie zum Umgang mit Kognitionen und Emotionen. Schließlich ist noch die Entstehung von Alltagskompetenz durch Tiere zu erwähnen.

Ein Tier setze, nach Otterstedt, immer Impulse, so hätten wir Menschen einen geregelteren Tagesablauf, wären selbst besser organisiert und unser Leben würde einen Rahmen erhalten. Das Tier an sich sei schon eine Aufgabe (vgl. Otterstedt, S. 17ff). Hunde würden uns zum Beispiel helfen, unser Leben aufzunehmen, indem sie regelmäßig nach Futter, Spiel, Gassi gehen usw. verlangen würden (vgl. Bonomo (Marcus) 2015, S. 173). Außerdem würden wir lernen, uns an kleinen Dingen zu erfreuen (vgl. Bonomo 2015, S. 312f). Das Versorgen von Therapietieren hilft traumatisierten Kindern und Jugendlichen also, wie weiter oben beschrieben, nicht nur bei der Entwicklung eines positiven Bezugs zu sich selbst, sondern sie erhalten auch einen Rhythmus im Alltag. Das Versorgen von Vierbeinern verlangt bestimmte tägliche Abläufe, wie das Füttern, Ausmisten, Putzen oder Bewegen. So werden Kompetenzen, wie das Planen und effiziente Ausführen von Arbeiten, trainiert. Die Fähigkeit, sich zu konzentrieren, ist bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen eine besondere Herausforderung, da sie durch Flashbacks etc. oft abschweifen.

Dabei ist es wichtig, dass Tiere besonders motivieren, Dinge, die man nicht kann, zu trainieren. Ein Beispiel aus dem Bereich mit Schlaganfallpatienten wäre, dass ein Patient durch einen Hund motiviert werden würde, Schritt für Schritt vorwärts zu gehen (vgl. Bonomo 2015, S. 142ff). Bei Traumatisierungen könnten Tiere motivieren, sich etwas zu trauen oder leiser zu sein, weil der geliebte Vierbeiner sonst erschrickt und so weiter.

Schließlich lässt sich sagen, dass Kinder und Jugendliche durch tierische Unterstützung Kompetenzen in ihrem Alltag hinsichtlich eines geregelten Tagesablaufs sowie Freude und Motivation, auch bei unangenehmen Aufgaben, erhalten.

4.3 Soziale Auswirkungen

Kinder und Jugendliche mit Trauma haben durch ihre Folgestörungen oft Probleme mit ihren Mitmenschen. Tiere können auch dort unterstützend wirken.

Für Kinder und Jugendliche mit einem Trauma ist es mitunter schwierig, Spielmöglichkeiten zu finden, da sie kein Vertrauen aufbauen können. Junge Leute sähen, nach Otterstedt, in einem Tier einen Spielkameraden. Der tierische Freund könne, je nach Bedürfnis, Partner, Begleiter in Sport und Freizeit oder Tröster in Krisensituationen sein (vgl. Otterstedt 2001, S. 19). So können Tiere fehlende Bindungen zu Menschen in gewissem Umfang und für eine gewisse Zeitspanne ersetzen.

Oft fällt es nämlich leichter, Kontakt zu tierischen Bindungspartnern aufzubauen, als zu Menschen, weil Tiere kaum die Möglichkeit haben, sich zu verstellen. „Gerade nach negativen Bindungserfahrungen und Beziehungsstörungen kann ein Therapietier oft leichter eine positive Grundlage für neue, positive Bindungen/Beziehungen schaffen, als es durch ein direktes zwischenmenschliches Angebot zu erwarten ist.“ (Hartmann 2010, S. 123). Traumatisierte Kinder und Jugendliche haben oft kein Vertrauen zu Menschen und Beziehungen sind kaum vorhanden, auch dadurch, dass sie oft stationäre Aufenthalte haben. Tiere sind in dieser Zeit als alternativer Bindungspartner ideal.

Der Mensch braucht jedoch als soziales Wesen den menschlichen Kontakt. Deshalb sei es positiv zu beurteilen, dass möglicherweise die Erfahrungen mit dem Bindungspartner Tier auf den Menschen übertragen werden können (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 11). Also das, was ein Kind oder Jugendlicher im Kontakt mit dem Tier lernt, kann es dann auch auf soziale Situationen an sich übertragen, so dass sich das Sozialverhalten generell verbessert.

Außerdem erleichtere das Tier den Kontakt zu anderen Menschen, vor allem zu TherapeutInnen und anderen Professionellen. Das Kind oder der Jugendliche könne zunächst durch das Tier mit dem anderen Menschen in Kontakt treten. Gerade bei unangenehmen Situationen, wie der Therapie, fühle man sich wohler (vgl. Vernooij/Schneider 2010, S. 179f). In der Therapiesituation kann es mitunter vorkommen, dass das Ungleichgewicht der (Wissens-)macht zu unangenehmen Gefühlen bei dem Kind oder Jugendlichen führt. Der junge Mensch spürt, dass er ein Problem hat und er wird mitunter genau beobachtet. Solche Situationen entspannt ein Tier, so dass der/die

Professionelle einem menschlicher vorkommt. Dies wird auch unter dem Begriff „Signalwert“ beschrieben:

Nach Penkowa besitze ein Hund einen positiven Signalwert, so dass beispielsweise Gesundheitspersonal bzw. Ärzte in Begleitung des Vierbeiners wesentlich positiver bewertet werden würden, als ohne Hund. Generell würden Personen dann für weniger gefährlich und bedrohlich, für angenehmer, froher, gesünder, klüger und wohlhabender einschätzen. Szenarien seien mit Hund immer freundlicher, entspannender, humorvoller und sie würden mehr Geborgenheit ausstrahlen (vgl. Penkowa 2014, S. 41). Das Trauma bringt Kinder und Jugendliche dazu, sich oft persönlich angegriffen zu fühlen oder an Panikattacken zu leiden. Diese beiden Aspekte können durch soziale Situationen mit Hund und sicher auch anderen Tieren reduziert werden.

Durch den positiven Signalwert, aber auch durch andere Aspekte werde der Kontakt zu anderen Menschen durch Tiere gefördert. Er diene als sozialer Katalysator. Man könne sich zum Beispiel mit anderen Tierhaltern über Futter, Pflege usw. unterhalten, außerdem komme man durch gleiche Orte, wie die Hundewiese, in Kontakt (vgl. Otterstedt 2001, S. 39 und Vernooij/Schneider 2010, S. 148f). Zudem habe das Verhalten des Tieres selbst einen sogenannten Aufforderungscharakter, das heißt zum Beispiel, das Pferd wende sich zu Beginn dem Menschen neugierig zu, dann aber müsse der Mensch sich auch als „interessanter“ Interaktionspartner erhalten können (vgl. Urmonheit 2013, S. 137f). Zum einen erleichtert also ein Tier den Kontakt zu anderen dadurch, dass das Tier Aufmerksamkeit auf sich zieht, zum anderen lernen Kinder und Jugendliche mit Tieren, wie man eine Beziehung aufrechterhält. Traumatisierten Menschen fällt der Beziehungsaufbau durch ihr Misstrauen oft schwer, das Tier hilft ihnen dann durch seine Unvoreingenommenheit und Echtheit dabei.

Auch Levinson beschreibt bei Vernooij und Schneider eine sogenannte Brückenfunktion im Zusammenhang mit dem sozialen Katalysator: „For several subsequent sessions this child, apparently unaware of my presence, played with the dog. Gradually, as some of the affection elicited by the dog spilled over onto me, I was included in the play. We came slowly to the establishment of a good working relationship.“ (Vernooij/Schneider 2010, S. 56). Kurz erklärt heißt dies, dass durch die Zuwendung zum Hund oder einem anderen Tier sich dieser Kontakt dann auch auf den Therapeut Levinson überträgt. Also ein Tier stellt automatisch einen Bezug zwischen den Menschen her, weil es mit allen die Kommunikation aufnimmt. Ein Tier nimmt jedoch nicht nur positiven Einfluss auf den Aufbau von Kontakten, sondern auch auf die Kommunikation

selbst. In den psychischen Auswirkungen unter 4.1 wurde darauf eingegangen, dass Tiere vor allem unsere nonverbale Kommunikationsebene fördern würden. Um Duv-Evidenz zu ermöglichen, siehe 3.3.2, würde sich vor allem der Mensch auf die Wege der Kommunikation des Tieres anpassen, zum Beispiel eher nonverbal kommunizieren. Dabei könne auch das Kommunizieren mit Tieren erlernt und dann auf den Menschen übertragen werden (vgl. Otterstedt 2001, S. 53ff). So würden traumatisierte Kinder und Jugendliche lernen, sich auch körpersprachlich auszudrücken und andere zu lesen. Dadurch werde ihr soziales Verhalten weiterentwickelt.

Kinder und Jugendliche müssen zudem erst lernen, Konflikte gewaltfrei zu lösen. Durch ein Trauma werden Situationen häufig als gefährlich eingestuft und der Betroffene geht in eine Verteidigungshaltung. In 2.2 dieser Arbeit ist nachzulesen, dass das Gehirn oft nur noch mit Kampf, Flucht oder Erstarrung reagiert. Ein Therapietier kann dabei helfen, andere Wege der Konfliktlösung zu finden. Das Beispiel von Marcus soll dies verdeutlichen: Ein paar Teenie-Jungs in einer Einrichtung hätten die Vorstellung gehabt, Rottweiler seien gemein und böseartig. Als sie aber hätten beobachten können, wie ein Rhodesian Ridgeback sein Revier verteidigt habe und der Rottweiler sich lieber den Teenagern zugewendet habe, hätten sie sehen können, dass das nicht stimme (vgl. Bonomo 2015, S. 72). So können Kinder und Jugendliche von Tieren lernen, wie man sich gegen einen Streit und für ein Abwenden entscheidet. An fast allen Tieren, wie zum Beispiel Hunden oder Pferden, kann man sehen, dass sie ihren Unmut zum Beispiel deutlich mit Knurren oder angedeuteten Tritten zeigen, aber sie sich auch relativ schnell wieder beruhigen. Der Unmut an einem Tag wird bei einem Tier selten das Zusammentreffen am nächsten Tag beeinflussen. Ein Tier lebt immer in der Gegenwart. Dies ist auch für uns Menschen eine wertvolle Lektion. Noch deutlicher könne man dies jungen Menschen machen, indem man ihnen folgende Frage stellt: Was würde passieren, wenn der Hund beißen würde, wenn er schlecht gelaunt sei? (vgl. Bonomo 2015, S. 164). Damit kommen Kinder und Jugendliche schnell auf die Idee, dass Aggressivität anderen Schmerzen, schlechte Gefühle usw. zufügt. Vor allem bei Kindern und Jugendlichen mit Traumata ist es dann in der Pädagogik wichtig, Strategien zu entwickeln, wie man aus der Aggressivität herauskommt, weil in diesem speziellen Fall auch Flashbacks und Trigger eine Rolle spielen, dass zum Beispiel eine Bewegung beim Streit an die jahrelange Gewalt vom Vater erinnert und der Jugendliche sich deshalb unverhältnismäßig zu verteidigen versucht.

Als Überblick über die soziale Wirkung zu Tieren lässt sich Frau Hartmann zitieren: „[...] Einsamkeit und Isolation durchbrechen (Tiere fördern (auch zwischenmenschli-

che) Kontakte), sozialer Katalysator/Eisbrecher [...] Beziehung, Nähe, [...] Streit-schlichtung (verbindendes Element), [...] Vermittlung positiver sozialer Attribute (wie Sympathie und Offenheit)“. (Hartmann 2010, S. 82)

Resümierend zur sozialen Wirkung lässt sich sagen, dass Tiere den Kontakt zu anderen Menschen zwar nicht ersetzen, aber diesen erleichtern können. Zum einen, weil sie über Einsamkeit hinwegtrösten, zum anderen weil sie der Einstieg zur Interaktion mit anderen Personen sein können. Außerdem können Tiere ein Verhaltensmodell darstellen: Sie lehren uns eine eindeutige und kongruente Kommunikation sowie gewaltfreie Lösungen von Konflikten. Da traumatisierte Kinder und Jugendliche entweder durch Angst vor Kontakten oder durch übermäßiges Verteidigungsverhalten soziale Probleme aufweisen, ist die Therapie mit Tieren auch in dieser Hinsicht einsetzbar.

5 Vorstellung einer Einrichtung und deren Arbeitsweise

Zum Abschluss möchte ich eine Einrichtung, die mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen und hauptsächlich Pferden arbeitet, vorstellen. Susanne Tarabochia und Katrin Woidich, Mitarbeiterinnen der Einrichtung, standen mir mit ihrem fachlichen Wissen in der Zeit meines letzten Semesters zur Seite. Alle folgenden Daten und Fakten sind aus dem persönlichen Interview mit Frau Tarabochia, aus Gesprächen mit Frau Woidich oder aus dem Artikel „Von der Ohnmacht zur Selbstbemächtigung: Traumapädagogische Arbeit mit dem Pferd in Gruppen“ von Simone Schaberl und Susanne Tarabochia in der Zeitschrift „Traumatherapie/-pädagogik mit dem Pferd“, 1. Auflage, Deutsches Kuratorium für Therapeutisches Reiten e.V. enthalten. Außerdem wurde die Homepage der Stiftung benutzt: <http://www.tabalugastiftung.de/index.php> (Zugriff: 05.10.2017). Frau Woidich ist Sozialpädagogin und Traumapädagogin. Frau Tarabochia ist unter anderem Diplomsportlehrerin mit Schwerpunkt Rehabilitation und Prävention sowie Traumapädagogin. Sie hat eine Weiterbildung in der körperorientierten Psychotherapie am Pferd gemacht und ist Reit- und Voltigierpädagogin.

Die Einrichtung gehört zur „Tabaluga Kinder- und Jugendhilfe“, die von Dr. Jürgen Haerlin gegründet wurde und von Schirmherr Peter Maffay ihren Namen bekam. Sie hat sich zur Aufgabe gemacht, zu verhindern, dass Kinder und Jugendliche im „stillen Trauma“ zurückbleiben. Die Einrichtung betreut junge Leute mit Erfahrungen der körperlichen oder psychischen Misshandlung, der existentiellen familiären Krise, des sexuellen Missbrauchs im Kindesalter, der schweren Vernachlässigung, der Entwick-

lungsverzögerung, der sozialen Benachteiligung oder schweren Erkrankung. Das psychische Trauma ist so im Alltag mit den Kindern und Jugendlichen allgegenwärtig.

Es gibt zwei Häuser der Einrichtung, in denen die Kinder und Jugendlichen leben. Eines am Peißenberg und eines in Tutzing. Das Ziel des Aufenthaltes ist dabei das Bieten eines geregelten und beschützten Alltags und das Finden eines sinnvollen und individuell abgestimmten Lebenskonzepts.

In beiden Häusern haben die Kinder und Jugendlichen die Möglichkeit, beim Versorgen von Pferden und Ponys zu helfen und mit diesen am Boden zu arbeiten sowie sie zu reiten. Diese Möglichkeit dürfen sie immer nutzen, auch zu ungeplanten Zeiten, wenn sie zum Beispiel aufgrund ihrer psychischen Verfassung, wie einer Panikattacke, nicht in der Schule oder Wohngruppe sein können.

Mir wurde eingangs bei meinen Besuchen vom Hof erklärt, dass die Pferde besondere Fürsorge für ihre Ausgeglichenheit benötigen. Teilweise können die Kinder und Jugendlichen nicht gut reiten. Zusätzlich erschwert es ihnen häufig ihre Symptomatik, Rücksicht zu nehmen, weil sie oft durch Trigger in festgefahrene Muster kommen und nicht angemessen reagieren können. Beispielsweise müssen viele Kinder und Jugendliche des Hofes sich immer wieder vergewissern, dass sie in Sicherheit sind oder sie zeigen aggressives, verteidigendes Verhalten. Dies ist auch für die Therapietiere sehr anstrengend, da sie trotzdem gelassen und ruhig bleiben müssen. Jedes Pferd muss aufgrund der Kapazitäten täglich mindestens in einer Therapiestunde gehen, deshalb werden sie für ihre Ausgeglichenheit täglich von Frau Tarabochia und ihren HelferInnen zusätzlich bewegt und weiter ausgebildet. Auch das Leben im Herdenverband und in einem Offenstall fördert die körperliche und mentale Gesundheit der Pferde.

Prinzipiell sind bei den Kindern und Jugendlichen der Einrichtung alle oben beschriebenen Symptomatiken der Traumafolgestörungen vorhanden. Jedoch wurden von Frau Tarabochia folgende nochmals besonders hervorgehoben: Schlafstörungen, geringe Frustrationstoleranz (auch verbunden mit Frustessen), hohes Stresslevel mit Übererregung, schlechte Konzentrations- und Eigenorganisationskompetenz, Motivationsstörungen, Ängste vor erneuten Übergriffen und Verlustängste, Probleme im Sozialkontakt (wie zum Beispiel große Ungeduld, Kontrollzwang, leicht zu verunsichern) und Therapiemüdigkeit sowie insgesamt Misstrauen gegenüber Erwachsenen.

Übergeordnetes Ziel in der Traumapädagogik sei es, sich auf das Hier und Jetzt zu fokussieren, im Vordergrund stehe dabei die Aktivierung vorhandener Ressourcen, der Aufbau von Selbstregulationsstrategien und damit die Psychoedukation und die Stabilisierung der Kinder und Jugendlichen. Die Symptome werden dabei nie als störende Verhaltensweisen aufgefasst, sondern als Überlebensstrategie der Kinder und Jugendlichen, als bestmögliche Reaktion auf die Traumatisierung. Das Verhalten hat immer einen Grund und die Lebensleistung an sich sollte honoriert werden. Aufgrund der Vorerfahrungen, die die Kinder gemacht haben, sei es wichtig, dass man immer Transparenz und Sicherheit gewähre. Hervorzuheben sei, dass man durch das Pferd den Bezug zur Gegenwart nie verliere, Selbstwirksamkeit erleben könne, sowie eigene Grenzen, aber auch Ressourcen wahrnehmen könne (vgl. Schaberl/Tarabochia 2016, S. 20 f).

Von Beginn an hätten die Kinder und Jugendlichen zu anderen Personen auf dem Hof Kontakt. Zum einen untereinander durch gemeinsame Reitstunden und die gemeinsame Arbeit auf dem Hof, zum anderen zu anderen Personen, die nicht zur Einrichtung selbst gehören, die zum Beispiel ihre eigenen Pferde auf dem Hof untergestellt haben.

Ab dem Erstkontakt mit dem Pferd würden die Kinder und Jugendlichen lernen, die Tiere und ihre Bedürfnisse wahrzunehmen, auszudrücken und zu befriedigen. Beispielsweise müssten die Betroffenen erst die Ausdrucksweise der Tiere langsam kennenlernen, um zu wissen, wie sich Müdigkeit, Hunger usw. bei einem Pferd äußern würden, und entsprechend darauf reagieren zu können.

Dabei sei positiv zu beurteilen, dass die Pferde immer am Hier und Jetzt orientiert seien. Ihre Bedürfnisse würden sie in klaren und deutlichen Botschaften zeigen. Da die Kinder und Jugendlichen früher die Erfahrung gemacht hätten, dass man Erwachsenen und deren Mimik misstrauen müsse, falle ihnen die Kommunikation mit den Tieren leichter, da diese nicht täuschen würden und direkt seien. Andersherum würden die Pferde keine Ereignisse berücksichtigen, die nicht direkt mit ihnen in Zusammenhang stehen würden, wie zum Beispiel Vorfälle in der Wohngruppe. So seien die Kinder und Jugendlichen gezwungen, im Hier und Jetzt zu agieren, da die Tiere nur auf die aktuelle Stimmung reagieren würden.

Das Besondere bei der Arbeit mit dem Pferd sei, dass sich dabei seine Bewegungen auf den Reiter und auch andersherum übertragen würden. So könnten die Kinder und Jugendlichen ihren Körper dadurch besser wahrnehmen und fänden damit einen Zu-

gang zu sich selbst. Frau Tarabochia unterstütze die Aufnahme des Kontaktes zu sich selbst mit gezielten Fragen. Zum Beispiel wüssten die Kinder oft nicht, was sie eigentlich genau fühlen würden, und das Pferd helfe ihnen dabei, es herauszufinden. Ein Beispiel veranschaulicht dies: Ein Mädchen auf dem Pferd sei unruhig geworden und habe auf Nachfrage ein komisches Gefühl in seinem Körper beschrieben. Frau Tarabochia habe nun gezielt nachgefragt, ob es Schmerzen seien oder sie nur die Bewegungen des Pferdes spüre. Dadurch sei das Mädchen zur Erkenntnis gekommen, dass sich ihr Bauch bewege und das eigentlich nicht unangenehm sei (vgl. Schaberl/Tarabochia 2016, S. 20 f). So würden die Kinder, wie am oberen Beispiel zu sehen ist, ihre Emotionen und Körperempfindungen gar nicht verbalisieren können, da sie sie oft gar nicht wahrnähmen. Durch gezielte Fragen und das Äußern von Beobachtungen der PädagogInnen könne der Zugang zu ihnen selbst unterstützt und hergestellt werden. Dabei sei es sehr wichtig, dass die Kinder und Jugendlichen auch lernen einzufordern, was gut für sie sei. Zusätzlich sei das Reiten für Traumatisierte so positiv, weil sie relativ schnell und oft Erfolgserlebnisse haben könnten. Die gute Ausbildung der Pferde ermögliche auch ungeübteren ReiterInnen das selbstständige Reiten ohne große Gefahr, was das Selbstwertgefühl, das Selbstbewusstsein und die Beziehungsfähigkeit verbessere.

Frau Tarabochia habe beobachten können, dass ihre ReitschülerInnen teilweise ihren Kontrollverlust, den sie erlitten hätten, versuchen würden durch jetzige starke Kontrolle im Alltag zu kompensieren. Mit dem Pferd könnten sie ausprobieren, wieviel Kontrolle sie benötigen würden und wann diese dem Tier zu viel werde. Beispielsweise müssten die Kinder und Jugendlichen erst lernen, zu verstehen, dass ein Pferd nach 20 Runden Galopp eine Pause brauche, auch wenn die Geschwindigkeit ihnen sehr viel Spaß mache. Diese Rücksichtnahme könnten sie dann in anderen Situationen, auch mit Menschen, anwenden, da sie dann die Erfahrung gemacht hätten, dass unterschiedliche Bedürfnisse konkurrieren könnten und man sie gegeneinander abwägen müsse.

Entgegen der verbreiteten Annahme, dass man vorbelastete Kinder und Jugendliche beschützen müsse, würden die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen die Betroffenen auch fordern. Dabei gehe es darum, unangenehme Situationen auch einmal auszuhalten. So würden die Erfahrungen auf dem Hof den jungen Personen Strategien mit auf den Weg geben, um mit Stress und Unannehmlichkeiten besser umzugehen. Die Therapeutin würde zum Beispiel dem Kind dazu die Aufgabe geben, immer ganz außen um die Bahn zu reiten, obwohl das Pferd immer wieder nach innen gehen wolle. Sie sage dem Kind oder Jugendlichen vorab, dass das eine stressige Aufgabe sei, aber dass sie

ihm das zutraue. Wenn es gar nicht anders gehe, könne der Reiter auch jederzeit „Stopp“ sagen. So würden die Kinder und Jugendlichen lernen, sich Aufgaben zu stellen und für sich selbst Lösungswege zu finden. Jedoch würden sie auch erfahren, wie man sich Hilfe hole, wenn es nicht mehr alleine gehe. Danach sei es wichtig, die Situation zu reflektieren: Du hast eine Runde ganz außen geschafft. Wie hast du es geschafft? Was musst du tun, dass du nächstes Mal eine Runde mehr schaffst? Solche Gespräche würden manchmal auch dazu führen, dass an die Reittherapeutin andere Probleme herangetragen werden würden und diese dann besprochen werden könnten. In diesem Zusammenhang sei die Selbstbemächtigung äußerst wichtig und werde durch den Umgang mit den Pferden enorm gefördert.

Immer wieder würden sich mit den Therapiepferden auch außergewöhnliche Situationen meistern lassen. Mir wurde erzählt, dass eines der Kinder Angst vor dem Schwimmen gehabt habe. Mit dem Pferd zusammen habe es sich dann aber doch in das Wasser getraut. Frau Tarabochia erwähnte, dass sich dieses Kind nun entschlossen habe, einen Schwimmkurs zu besuchen.

Kinder und Jugendliche, die schon länger zum Reiten kämen, könnten auch in Gruppen reiten. Diese würden meistens aus drei bis vier Kindern bestehen und dort könnten die Betroffenen zusätzlich wichtige Erfahrungen sammeln: Die erste wichtige Lernerfahrung sei dabei, dass man immer gemeinsam entscheiden würde und man dabei keinen ausschließen dürfe. Vor allem die Kommunikation und Interaktion mit Gleichaltrigen würde dabei unabdingbar sein: Man müsse vereinbaren, wer dem Pferd welches Kommando geben würde und wer wann an der Reihe sei. Auch die Achtung vor anderen und deren Bedürfnissen werde trainiert. Man müsse zum Beispiel als Führer des Pferdes darauf achten, welches Tempo dem Reiter angenehm sei oder welche Situation ihm Angst machen könne.

Um zu illustrieren, was den Kindern an den Pferden besonders wichtig ist, möchte ich die Überschriften von Auftritten der Kinder bei einem Sommerfest der Einrichtung vorstellen und kurz kommentieren. Das Sommerfest lief unter dem Motto: Was wir an unseren Pferden lieben. Zwei voltigierenden Mädchen war wichtig, dass das Pony als „wahrer Freund sie sicher trägt“. Des Weiteren ritt eine 8-Jährige freihändig auf ihrem Pferd, da sie gelernt hat zu „vertrauen“. Wieder zwei andere Mädchen demonstrierten mit ihren Vierbeinern, wieviel Spaß ein temporeicher „Ritt ins Gelände“ macht. Das Pony Aimee machte ein Mädchen „einfach nur glücklich und sie haben beide Geduld beim gegenseitigen Kennenlernen“. Einem anderen Mädchen sei zum Beispiel das

„Kuscheln“ wichtig und sie achte dafür darauf, dass sie beim Hufenanheben, die vom Pferd gewünschte Reihenfolge einhalte. Außerdem trat das Wort „Freundschaft“ immer wieder hervor. Es sei wichtig sich „zu kennen und zu verstehen“, zum Beispiel beim Reiten über eine Plane. Pferde haben von Natur aus Angst über Untergründe zu gehen, dessen Konsistenz sie nicht einschätzen können. Dem Pferd als Fluchttier sind seine Beine eine Lebensversicherung und wenn diese verletzt werden würden, bedeutet es den Tod. Darum ist das Gehen über eine Plane ein großer Vertrauensbeweis, so dass die Beziehung von Mensch und Pferd sehr gut sein muss, damit diese Übung gemacht werden kann. Beim Springen zu viert in der Halle brauche man vor allem „Mut und Harmonie“. Ein Mädchen entdeckte, dass ihrem Pferd „Gymnastik“ guttue, das das Pferd zum Beispiel den Kopf zwischen den Vorderbeinen nach hinten stecke. Solche Übungen machen auch dem Tier Spaß, jedoch braucht es sehr viel Geduld die Kommandos zu einzuüben und durchzuführen. „Probiers mal mit Gemütlichkeit“ war das Motto einer Reiterin mit ihrem gemächlichen Haflinger, im Gegensatz zu einer Gruppe Mädchen, denen das „Reden und wild galoppieren“ am wichtigsten war. Wie brav die Pferde des Hofes sind und wie „individuell“ sie auf Bedürfnisse reagieren können, zeigte eine Reiterin, die nur mit einer Seilschlinge um den Hals ihres Ponys ritt.

Der gesamte Nachmittag zeigte mir als Zuschauerin, wie vielfältig die Therapie mit dem Pferd sein kann und wie positive Emotionen bei den Kindern und Jugendlichen durch diese Therapieform hervorgerufen werden können, aber auch an die ZuschauerInnen weitergegeben werden. Es war beeindruckend zu sehen, dass sich auch sehr junge ReiterInnen getraut haben, vor Publikum ihre Fähigkeiten vorzuführen. Sehr positiv ist auch zu beurteilen, dass der Hof bzw. die Einrichtung den Kindern und Jugendlichen nicht nur eine Therapiestätte bietet, sondern das Leben dort für die Betroffenen fast schon Familienersatz ist. Neben den Kontakten zu den Tieren werden die Kinder und Jugendlichen auch im Aufnehmen und Pflegen von Freundschaften an die Hand genommen. Auf dem Hof haben die KlientInnen zwangsläufig Kontakt zu Erwachsenen, so dass sie lernen, dass dieser nicht immer mit Gewalt und Unterdrückung in Zusammenhang steht. Dies alles trägt dazu bei, dass die Betroffenen eine selbständige Persönlichkeit aufbauen und einen geregelten Alltag führen können.

6 Resümee

In meiner Arbeit wollte ich herausfinden, welche positiven Auswirkungen Tiere auf die Folgen eines psychischen Traumas bei Kindern und Jugendlichen haben.

Bei der Bearbeitung meines Themas wurde mir klar, dass gerade bei kleineren Kindern, aber auch bei Jugendlichen, prinzipiell jede Situation traumatisch sein kann. Es geht immer darum, wie das Ereignis im Gehirn bewertet und abgespeichert wird.

Das traumatische Ereignis führt dazu, dass der Körper der Kinder und Jugendlichen einem hohen Stresslevel ausgesetzt ist, dies kann auch dazu führen, dass psychosomatische Folgen, wie Schlafstörungen, Bauchschmerzen usw. auftreten. Sehr problematisch für die Betroffenen ist die gestörte Wahrnehmung ihres eigenen Körpers. Psychisch wirkt dies dahingehend, dass Ereignisse umbewertet werden, also die Eigenwahrnehmung sehr negativ ausfällt. Ein weiterer problematischer Aspekt ist, dass immer wieder Erinnerungen an das Trauma (Intrusion), sogenannte Flashbacks, auftreten. Diese sind meistens so angelegt, dass der Auslöser der Angst nicht genau erinnert werden kann und nur Erinnerungsfetzen, wie z.B. Gerüche, Geräusche, körperliche Schmerzen, präsent sind. Um diesen Erinnerungen zu entgehen, dissoziieren die Kinder und Jugendlichen, das heißt sie schalten innerlich ab, so dass sie in diesem Moment gar nichts mehr wahrnehmen oder sie vermeiden gewisse Situationen, die sie an das Trauma erinnern. Häufig schwanken die Betroffenen zwischen Übererregung und Untererregung. So sind sie entweder hellwach und nehmen alles sehr genau wahr oder sie sind müde und unkonzentriert und ihre Wahrnehmung fährt komplett herunter. Damit im Zusammenhang steht auch die allgemeine Verhaltensstrategie. Abhängig vom Charakter der Person bzw. je nach Tagesform gehen die Kinder und Jugendlichen bei jeder kleinsten Situation in ein Verteidigungsverhalten, also sie schreien und schubsen beispielsweise oder sind aggressiv. Als weitere Möglichkeit zeigen sie Unterwerfungsverhalten, das heißt, sie wollen jedem alles recht machen und versuchen möglichst wenig aufzufallen. Dies kann wiederum durch die veränderte Wahrnehmung beeinflusst werden. Das heißt, dass sie aufgrund ihrer Vorerfahrungen Aktionen ihres Gegenübers nicht richtig einordnen können.

So kann man sagen, dass sich eine Traumatisierung in viele bzw. alle Lebensbereiche negativ auswirken kann. Man sollte die Symptome nicht als solche wahrnehmen, sondern als Versuch der Kinder und Jugendlichen, irgendwie zu überleben. Das Gehirn der Betroffenen ist noch nicht vollständig entwickelt. Dies kann, wegen der Neuroplastizität, zum Nachteil aber auch zum Vorteil werden. Ein Trauma kann einerseits das Gehirn so verändern, dass schwere und konstante Verhaltensänderungen eintreten. Dies geht beim Kind und Jugendlichen schneller als beim Erwachsenen, weil noch keine gefestigte Persönlichkeit vorliegt. Andererseits kann durch die Neuroplastizität das Verhalten und Erleben der Kinder und Jugendlichen nach einem Trauma durch geeignete Interventionen positiv beeinflusst werden. Dadurch, dass die KlientInnen noch

nicht gefestigt sind, kann eine passende und rechtzeitige Veränderung ihrer Umwelt viel bewirken.

Als PädagogIn und anderer HelferIn sollte einem klar sein, dass die Traumatisierung je nach Alter andere Formen annehmen kann und die Verarbeitung damit in Zusammenhang tritt. Die Fähigkeit zu Sprechen, ist dabei besonders wichtig, weil Erinnerungen dann nicht mehr nur als diffuse Gefühle abgespeichert werden, sondern auch als sprachliche Bilder. Kinder und Jugendliche brauchen, je jünger sie sind, desto mehr die Erwachsenen, um ihre Gefühle zu regulieren. Eine gute Bindung zu den Eltern oder anderen Bezugspersonen hilft also, ein Trauma besser zu verarbeiten. Eine gestörte Bindungsrepräsentation führt dazu, dass eine schlechte Emotionsregulation vorherrschend ist und die Grundbedürfnisse nicht befriedigt werden können. Wenn die Bindung selbst traumatisierend wirkt, sind die Folgen noch gravierender.

Tiere sind seit der Frühzeit mit den Menschen eng verbunden und deshalb können sie auch bei einem Trauma hilfreich sein. Die Reaktionen der Menschen auf Tiere lassen sich unter anderem durch die Biophilie-Hypothese und der Du-Evidenz erklären. Insgesamt fühlt sich der Mensch in Anwesenheit eines Tieres körperlich wohler und sein Gehirn wird automatisch positiv beeinflusst. Grundbedürfnisse, wie nach Nähe und Geborgenheit können auch durch Tiere erfüllt werden, sodass wir uns psychisch ruhiger und zufriedener fühlen. Außerdem reduziert die Anwesenheit eines Tieres Ängste und Sorgen und es beeinflusst die Entwicklung unserer Persönlichkeit positiv. Alle diese Aspekte sind bei der Traumatisierung relevant. Vor allem die Einflüsse der Psyche auf das Sozialverhalten der Kinder und Jugendlichen hilft diesen, die Auswirkungen des Traumas besser zu kompensieren. Dabei agieren die Tiere als Bindungspartner und Partner, um sinnvolle Verhaltensmodelle zu entwickeln. Vor allem die Kontaktaufnahme zu anderen und soziale Verhaltensweisen, wie zum Beispiel Rücksichtnahme, können durch das Tier verbessert werden. Zudem können die Kinder und Jugendlichen sich und andere durch die Therapie mit Tieren besser wahrnehmen lernen. Dabei ist wichtig, dass die Wirkungen der Tiere immer automatisch erfolgen und das Agieren mit ihnen nicht den typischen Beigeschmack der „Therapie“ hat. Die Kinder und Jugendlichen würden sich ohne Therapie auch mit Tieren beschäftigen und so ist es gefühlsmäßig keine professionelle Intervention. Die Stigmatisierung unter Gleichaltrigen kann damit auch umgangen werden, da man zum Beispiel „zum Reiten“, nicht zur „Therapie“ geht

Zum Schluss möchte ich dafür plädieren, dass auf Grund der Komplexität eines Traumas nur ausgebildete TherapeutInnen und PädagogInnen diese Form der Therapie

anbieten. Dabei ist auch wichtig, dass die Tiere auf ihre Arbeit gut vorbereitet werden und man beachtet, dass nicht jedes Tier für jede Aufgabe geeignet ist. Auch bei Tieren gibt es „charakterliche“ Unterschiede, nicht jedes Tier kann zum Beispiel mit den sehr schwankenden Emotionen und Verhaltensweisen der traumatisierten Kinder und Jugendlichen umgehen. Der Tierschutz sollte oberstes Gebot sein.

Wie schlaue und anpassungsfähige Tiere sein können, kann man auch zusätzlich in den Filmen „Die Intelligenz der Tiere“ und „Der Hund, der beste Freund des Menschen“ auf YouTube betrachten.

Mir persönlich hat die Erstellung der Arbeit sehr viel Freude bereitet und ich war beeindruckt, was Tiere alles leisten und bewirken können.

Bedanken möchte ich mich

bei Herrn Professor Georg Jungnitsch für die Beratung, die engagierte Betreuung meiner Arbeit, die unkomplizierte Kommunikation und die schnelle Rückmeldung zu jeder Zeit,

bei Frau Katrin Woidich für die erhellenden Gespräche mit ihr über die aktuellen Erkenntnisse über Traumatisierung und ihre Auswirkungen. Außerdem möchte ich ihr für die Vermittlung des Kontaktes zu Frau Susanne Tarabochia und der Tabaluga-Einrichtung danken,

bei Frau Susanne Tarabochia für den sehr guten und praktischen Einblick in die Reittherapie mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen. Es war für die Erstellung der Arbeit im Hinblick der Bezüge von Trauma an sich und Tiertherapie für mich wichtig zu sehen, wie die Therapie konkret abläuft. Außerdem war es eine Abwechslung zum trockenen Literaturstudium. Ich bin immer noch beeindruckt von der Arbeit die Frau Tarabochia und ihre Tiere täglich leisten.

Zum Schluss bedanke ich mich noch bei meinen Assistentinnen, dass sie meine körperlichen Einschränkungen engagiert kompensiert haben und meinen Eltern für die persönliche Unterstützung. Außerdem bei Familie und Freunden für ihre Geduld, als ich wenig Zeit für sie hatte.

7 Literaturverzeichnis

Besser, Lutz Ulrich (2013): Wenn die Vergangenheit Gegenwart und Zukunft bestimmt. Wie Erfahrungen und traumatische Erlebnisse Spuren in unserem Kopf hinterlassen, Gehirn und Persönlichkeit strukturieren und Lebensläufe determinieren. In: Bausum, Jacob/Besser, Lutz U./Kühn, Martin/Weiß, Wilma (Hrsg.) (2013): Traumapädagogik. Grundlagen, Arbeitsfelder und Methoden für die pädagogische Praxis. 3. durchgesehene Aufl. Weinheim/ Basel: Beltz Juventa

Bonomo, Armanda (Hrsg.) (2015): Hundgestützte Therapie. Mit Hunden Menschen gesünder und glücklicher machen. Bern: Hogrefe Verlag

Brisch, Karl Heinz (2013): „Schütze mich, damit ich mich finde“. Bindungspädagogik und Neuerfahrung nach Traumata. In: Bausum, Jacob/Besser, Lutz U./Kühn, Martin/Weiß, Wilma (Hrsg.) (2013): Traumapädagogik. Grundlagen, Arbeitsfelder und Methoden für die pädagogische Praxis. 3. durchgesehene Aufl. Weinheim/Basel: Beltz Juventa

Deutscher Kinderverein e.V. Essen (2017): Pressemitteilung - BKA-Statistik 2016: 133 tote Kinder. In: <http://deutscher-kinderverein.de/pressemitteilung-bka-statistik-2016-133-tote-kinder>; Zugriff: 23.10.2017)

Fröhlich, Ingrid (2006): Traumatisierung bei Kindern und Jugendlichen. In: Landeshauptstadt München Sozialreferat (Hrsg.) (2006): Traumatisierung. Pflegeelternrundbrief II/2006. Pflegekinderdienst und Adoption. München: Stadtkanzlei

Garbe, Elke (2016): Das kindliche Entwicklungstrauma. Verstehen und bewältigen. 2. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta

Gras, Christian/Brenk, Sarah/Rippke, Claudia (2013): Tiergestützte Intervention im Fokus von Green Care: Ein Instrument direkter und indirekter Förderung der beruflichen Integration von Jugendlichen. In: Strunz, Inge A. (Hrsg.) (2013): Tiergestützte Pädagogik in Theorie und Praxis. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren

Halper, Michaela/Orville Petra (2013): „Du darfst niemanden davon erzählen“. Traumapädagogik und Traumatherapie. In: Bausum, Jacob/Besser, Lutz U./Kühn, Martin/Weiß, Wilma (Hrsg.) (2013): Traumapädagogik. Grundlagen, Arbeitsfelder und Methoden für die pädagogische Praxis. 3. durchgesehene Aufl. Weinheim/Basel: Beltz Juventa

Hartmann, Nathalie Maya (2010): Tiere als Eisbrecher. Die Bedeutung der Mensch-Tier-Beziehung in der stationären Jugendhilfe. 1. Aufl. Marburg: Tectum Verlag

Institut für Psychotraumatologie des Kindes- und Jugendalters (Hrsg.) (2014): Trauma und Traumafolgestörung bei Kindern und Jugendlichen. In: https://www.kinderschutzbund-sh.de/gogik-erziehung-zur-selbstwirksamkeit.html?EventRef=index.php.&file=tl_files/DKSB/Fachtag%20und%20Fortbildungen/2014/Kiel_030714_Krueger.pdf (Zugriff: 23.08.2017)

Julius, Henri/Beetz, Andrea/Kotschal, Kurt/Turner, Dennis C./Uvnäs-Moberg, Kerstin (2014): Bindung zu Tieren. Psychologische und neurobiologische Grundlagen tiergestützter Interventionen. Göttingen/Bern/Wien/Paris/Oxford/Prag/Toronto/Boston/Amsterdam/Kopenhagen/Stockholm/Florenz/Helsinki: Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG

Kissenbeck, Annette (2012): Systemische Traumatherapie. In: Landolt, Markus A./Hensel, Thomas (Hrsg.) (2012): Traumatherapie bei Kindern und Jugendlichen. 2. Aktualisierte u. erweiter. Aufl. Göttingen/Bern/Wien/Paris/Oxford/Prag/Toronto/Cambridge, MA/Amsterdam/Kopenhagen/Stockholm: Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG

König, Lilith (2012): Trauma und Bindung. In: Landolt, Markus A./Hensel, Thomas (Hrsg.) (2012): Traumatherapie bei Kindern und Jugendlichen. 2. Aktualisierte u. erweiter. Aufl. Göttingen/Bern/Wien/Paris/Oxford/Prag/Toronto/Cambridge, MA/Amsterdam/Kopenhagen/Stockholm: Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG

Krampen, Günter (2002): Persönlichkeits- und Selbstkonzeptentwicklung. In: Oerter, Rolf/Montada, Leo (Hrsg.) (2002): Entwicklungspsychologie. 5. vollst. überarbeit. Aufl. Weinheim/Basel/Berlin: Beltz Verlage

Krüger, Andreas (2015a): Powerbook. Erste Hilfe für die Seele. Trauma-Selbsthilfe für junge Menschen. 5. Aufl. Hamburg: Elbe & Krueger Verlag UG

Krüger, Andreas (2015b): Powerbook Spezial. Hilfe für die Seele. Band 2. Mehr Trauma-Selbsthilfe für junge Menschen. 1. Aufl. Hamburg: Elbe & Krueger Verlag UG

Landolt, Markus A. (2012): Traumaspezifische Psychodiagnostik. In: Landolt, Markus A./Hensel, Thomas (Hrsg.) (2012): Traumatherapie bei Kindern und Jugendlichen. 2. Aktualisierte u. erweit. Aufl. Göttingen/Bern/Wien/Paris/Oxford/Prag/Toronto/Cambridge, MA/Amsterdam/Kopenhagen/Stockholm: Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG

Landolt, Markus A./Hensel, Thomas (2012): Grundlagen der Traumatherapie. In: Landolt, Markus A./Hensel, Thomas (Hrsg.) (2012): Traumatherapie bei Kindern und Jugendlichen. 2. Aktualisierte u. erweit. Aufl. Göttingen/Bern/Wien/Paris/Oxford/Prag/Toronto/Cambridge, MA/Amsterdam/Kopenhagen/Stockholm: Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG

Otterstedt, Carola (2001): Tiere als therapeutische Begleiter. Gesundheit und Lebensfreude durch Tiere – eine praktische Anleitung. Stuttgart: Franckh-Kosmos Verlags-GmbH & Co.

Penkowa, Milena (2014): Hund auf Rezept. Warum Hunde gesund für uns sind. Nerdlen/ Daun: KYNOS VERLAG Dr. Dieter Fleig GmbH

Plesch, Phillip (2014): Lehrerin auf vier Pfoten. Schulprojekt. In: Augsburgener Allgemeine Zeitung 22. Juli 2014

Rösch, Stefanie (2016): Kinder. In: <https://www.t-i-z.de/trauma-info/betroffene-%C3%BCberblick/kinder/> (Zugriff: 22.08.2017)

Saumweber, Kristina (2009): Tiergestützte Pädagogik in der stationären Jugendhilfe. Die Wirkung tiergestützter Interventionen bei verhaltensgestörten Jugendlichen in stationären Jugendhilfemaßnahmen. Norderstedt: Books on Demand GmbH

Saur, Sonja (2008): Tiere als Co-Therapeuten in Berufsfeldern der Sozialen Arbeit. Wissenschaft und Praxis. Saarbrücken: VDM Verlag Dr. Müller Aktiengesellschaft & Co. KG

Schaberl, Simone/Tarabochia, Susanne (2017): Traumapädagogische Arbeit mit dem Pferd in Gruppen. Von der Ohnmacht zur Selbstbemächtigung. In: Traumatherapie/-pädagogik mit dem Pferd. Sonderhefte des Deutschen Kuratorium für Therapeutisches Reiten e.V. (Hrsg.)

Signer-Fischer, Susy (2012): Hypnotherapeutische Methoden der Traumtherapie im Kindesalter. In: Landolt, Markus A./Hensel, Thomas (Hrsg.) (2012): Traumatherapie bei Kindern und Jugendlichen. 2. Aktualisierte u. erweit. Aufl. Göttingen/Bern/Wien/Paris/Oxford/Prag/Toronto/Cambridge,MA/Amsterdam/Kopenhagen/Stockholm: Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG

Stangl, Werner (2017): Körperschemastörung. Lexikon für Psychologie und Pädagogik. In: <http://lexikon.stangl.eu/2451/koerperschemastoerung/> (Zugriff: 16.09.2017)

Urmoneit, Imke (2015): Pferdgestützte systemische Pädagogik. 2. durchgesehene Aufl. München: Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG

Vernooij, Monika A./Schneider, Silke (2010): Handbuch der Tiergestützten Intervention. Grundlagen, Konzepte, Praxisfelderelder. 2. korrigierte u. ergänzte Aufl. Wiebelsheim: Quelle & Meyer Verlag GmbH & Co.

Weiß, Wilma (2016): Philipp sucht sein Ich. Zum pädagogischen Umgang mit Traumata in den Erziehungshilfen. 8. Durchgesehene Aufl. Weinheim/ Basel: Beltz Juventa

Waschulewski, Ute/Ignatowicz, Michal (2013): Ratte, Schnecke, Molch und Co: Der didaktische Einsatz von Kleintieren im Unterricht. In: Strunz, Inge A. (Hrsg.) (2013): Tiergestützte Pädagogik in Theorie und Praxis. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren

Wohlfahrt, Rainer/Mutschler, Bettina/Bitzer Eva (2013): Wirkmechanismen tiergestützter Therapie: Theoretische Überlegungen und empirische Fundierung. In: Strunz, Inge A. (Hrsg.) (2013): Tiergestützte Pädagogik in Theorie und Praxis. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren

Ziegler, Nina (2016): Schmerzenskind. Aus der Hölle meiner Kindheit in ein glückliches Leben. Köln: Bastei Lübbe AG