



**Mag. Sonja Eherer und Therapiehündin Lila**

## **Wozu Tiertherapie?**

**Ich werde oft gefragt, welche Vorteile ein Hund für eine Therapie mit sich bringt.**

**Dazu lässt sich sagen: Es gibt sehr viele, teils unscheinbare, aber sehr wertvolle Vorteile in den verschiedensten Bereichen.**

Einigen fällt der Schritt schwer, sich in eine Therapie zu begeben. Mein Hund ermöglicht von Anfang an einen offenen und vertrauensvollen Zugang, vor allem für Kinder und Jugendliche: Sie freuen sich auf den Hund. Er hat eine wertfreie und neutrale Haltung. So lässt sich schneller eine Bindung zum Kind herstellen und der Beziehungsaufbau erleichtert sich. Der Hund vermittelt so gesehen als "Co-Therapeut" zwischen dem Kind und mir.

**Kinder** müssen die Therapie-stunde nicht zwangsläufig im Raum verbringen, die Therapie kann auch beim Spaziergang mit dem Hund stattfinden. Er vermittelt ein Gefühl von Geborgenheit und Vertrauen, durch Übungen mit ihm steigern sich Selbstvertrauen, Motivation und Empathie. Kinder und Jugendliche werden gesprächiger und zeigen fürsorglicheres Verhalten. Der Hund hilft bei der Überwindung von Ängsten, beim Abbau von Aggressionen, urteilt nicht über Misserfolge und hilft, Gefühle zu offenbaren. Er zeigt aber auch Grenzen auf und gibt an, wann er seine Ruhe haben möchte.

**Im geriatrischen Bereich** verschafft der Hund vielen Men-

schen Freude. Durch den regelmäßigen Einsatz des Therapiehundes in Altenheimen oder Krankenhäusern werden die Menschen stressresistenter, die Stimmungslage verbessert sich und der Herzschlag wird ruhiger. Selbst die Medikamentendosis kann reduziert werden.

Besonders im Bereich der non-verbalen Kommunikation ist Hundetherapie sehr effektiv. Durch spezielle Übungen in Kombination mit dem Hund kann auch die Feinmotorik verbessert werden. Bei dementen Patienten werden Erinnerungen wieder aktiviert (wenn sie selbst ein Haustier hatten). Tiertherapie fördert die Kommunikation. So beginnen Patienten, die schon länger wenig gesprochen haben, sich mit dem Tier zu unterhalten.

Hunde nehmen Emotionen wahr und lassen für kurze Zeit Trauer, Leid und Krankheit vergessen. Ein schöner Nebeneffekt: Durch Streicheln wird das Glückshormon Serotonin freigesetzt. Das führt dazu, dass wir uns besser fühlen.

In diesem Sinne: Streicheln Sie Ihr Haustier :-)!

**Mag. Sonja Eherer**  
**Klinische- und**  
**Gesundheitspsychologin**  
**für Kinder, Jugendliche**  
**und Erwachsene**

**Kirchengasse 5**  
**8570 Voitsberg**

**Terminvereinbarungen:**

**Tel. 0681 / 81443692**

**[www.psychologin-eherer.at](http://www.psychologin-eherer.at)**