



Leseprobe

Tiergestützte Therapie

Modul 8

Übungen mit dem Hund



Einleitung

Der Hund bringt in der tiergestützten Therapie etwas mit, das in keinem anderen Setting in dieser Form entsteht:

Er schafft unmittelbare Handlungsmöglichkeiten. Während viele therapeutische Methoden über Sprache, Reflexion oder strukturierte Aufgaben arbeiten, öffnet der Hund einen direkten Zugang über Bewegung, Spiel, Kontakt und gemeinsame Aktivität. Dadurch wird die Therapie für viele Klienten greifbarer, leichter und gleichzeitig wirksam.

In diesem Modul geht es ausschließlich darum, wie Übungen mit dem Hund therapeutisch genutzt werden können – unabhängig von Krankheitsbildern oder Zielgruppen. Der Fokus liegt auf praktischen Abläufen, auf dem Aufbau sinnvoller Sequenzen und darauf, wie aus jeder kleinen Aktivität ein therapeutischer Nutzen entsteht.

Es geht nicht um die Grundlagen der Beziehungsgestaltung, nicht um Bindungstheorien und nicht um theoretische Modelle, sondern um die konkrete Umsetzung im Alltag der tiergestützten Therapie.

Für die Arbeit mit dem Hund braucht es Klarheit, Ruhe und eine gute Struktur. Übungen werden erst dann wirksam, wenn sie einfach aufgebaut sind, logisch ineinandergreifen und die Ressourcen des Klienten aktiv ansprechen.

Der Hund dient dabei nicht als „Hilfsmittel“, sondern als Partner, der über seine Präsenz, seine Reaktionen und seine Motivation die Klienten in Bewegung bringt – körperlich, emotional und kognitiv.

Dieses Modul zeigt Schritt für Schritt, wie Übungen geplant, angeleitet und therapeutisch ausgewertet werden können. Jede Übung ist so aufgebaut, dass sie flexibel an Alter, Einschränkungen und Tagesform angepasst werden kann.

Der Hund bleibt dabei immer in seiner Rolle als sicheres, authentisches Gegenüber, das Orientierung gibt und gleichzeitig Raum lässt für Eigenaktivität, Selbstwirksamkeit und Freude.



Grundlagen des therapeutischen Arbeitens mit dem Hund

Damit Übungen in der tiergestützten Therapie wirken, braucht der Hund einen Rahmen, in dem er sicher, entspannt und klar geführt arbeiten kann. Ebenso braucht der Klient einfache, nachvollziehbare Strukturen, damit die Interaktion nicht überfordert, sondern trägt.

In diesem Kapitel geht es nicht um theoretische Grundlagen, sondern darum, wie die praktische Zusammenarbeit zwischen Klient, Hund und Fachkraft aufgebaut wird – und wie man durch kleine Anpassungen die Qualität jeder Übung deutlich erhöht.

1. Kommunikation Hund–Mensch in der Übungssituation

Ein Hund arbeitet nur dann sauber mit, wenn er verstanden wird. Klienten müssen seine Signale nicht theoretisch kennen, aber in der Praxis wahrnehmen können.

1.1 Zentrale Beobachtungspunkte:

Körperspannung – weich bedeutet Mitmachbereitschaft, fest bedeutet Unsicherheit oder Überforderung.

Blickrichtung – suchender Blick = Orientierung; starres Fixieren = zu viel Erregung; Abwenden = Stress.

Rute – locker schwingend = entspannt; niedrig = vorsichtig; hoch = aufgeregt.

Maul – offen = entspannt; geschlossen + Lecken = Spannung; Hecheln bei Ruhe = Stress.

1.2 Mini-Übung: „Wie sieht mein Hund gerade aus?“

Klient beschreibt in drei Sätzen, was er beim Hund wahrnimmt.

Ziel: Wahrnehmungsschulung, Fokus, Achtsamkeit.

2. Wie ein Hund Übungen „liest“

2.1 Der Hund reagiert in erster Linie auf:

- Energie des Klienten (ruhig, hektisch, freudig, ängstlich)
- Tempo der Bewegungen
- Körpersprache (zugewandt, abgewandt, frontal, seitlich)
- Klarheit von Aufgabe und Belohnung

Therapiesituationen funktionieren besonders gut, wenn Klient und Hund „in einem gemeinsamen Rhythmus landen“.

2.2 Übung: „Energie angleichen“

Die Fachkraft geht mit dem Hund an der Leine los.

Der Klient übernimmt – ohne Worte – den Gang und versucht, das Tempo des Hundes zu treffen.

Erst danach wird gesprochen oder gelobt.

Ziel: Regulation, Körperbewusstsein, Kontaktaufbau.

3. Reizschwellen & Belohnung

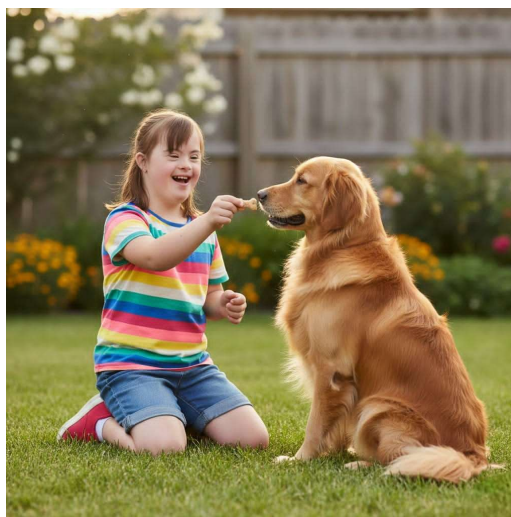
Jeder Hund hat eine eigene Belastungsgrenze. In Übungen muss die Reizschwelle beachtet werden.

Beispiel:

- ängstlicher Hund = wenige Reize, klare Aufgaben
- arbeitseifriger Hund = eher Struktur, klare Stopps
- gemüthlicher Hund = kürzere Intervallübungen, häufige Belohnung

3.1 Belohnung heißt nicht nur Leckerli – oftmals wirksamer sind:

- kurze Pause
- Nähe
- ruhige Stimme
- kleine Aufgabe, die sicher gelingt
- schnelles Erfolgserlebnis



3.2 Übung: „Was ist für diesen Hund belohnend?“

Der Klient probiert nacheinander:
sanfte Berührung – Stimme – Futter – gemeinsamer Schritt.

Ziel: Wahrnehmung, Anpassung, Empathie.

Aufbau einer sicheren Arbeitsbeziehung

Eine gute Beziehung entsteht in drei Schritten, die auch für Klienten nachvollziehbar sind:

Vorhersagbarkeit schaffen

- klare Start- und Stoppsignale
- gleiche Rituale zu Beginn

Gemeinsame Erfolge ermöglichen

- einfache Übungen zuerst
- keine Situationen, in denen der Hund „Nein“ sagen muss

Ruhepunkte einbauen

- kurze Pausen
- Hund darf Abstand nehmen
- Klient lernt: „Auch in der Ruhe passiert Therapie.“

Übung: „Der ruhige Einstieg“

Klient setzt sich seitlich neben den Hund (nicht frontal).
Eine Hand liegt locker am Boden, keine Ansprache.

Ziel: Nähe ohne Druck, Stressabbau, Vertrauen.



Warm-up-Rituale für Klient + Hund

Rituale geben Stabilität, senken Stress und helfen, den Fokus zu finden.

1. Mögliche kurze Warm-ups:

1.1 Drei gemeinsame Schritte:

- sehr langsam losgehen
- Atem synchronisierend danach eine einfache Aufgabe starten

1.2 Begrüßung mit Abstand:

- Hund sitzt
- Klient geht in einem Bogen (Stressarm) auf ihn zu
- kurze Handbewegung als Begrüßung
- kein direkter Frontal-Kontakt

Ziel: Sicherheit, höfliche Annäherung, saubere Energie.

1.3 Warten und Atmen:

- Hund sitzt/liegt
- Klient atmet drei Mal bewusst
- erst dann gibt es die erste Aufgabe

Ziel: Regulation, weniger Hektik, klarer Startpunkt.

1.4 Warm-up-Spiel: Leichtes Folgen:

- Klient geht ein paar Schritte, Hund folgt
- ohne Kommandos

Ziel: Aufmerksamkeit, Kontakt, Freude.

Übungen zur Stärkung von Selbstwert & Selbstwirksamkeit

Viele Klienten erleben im Alltag vor allem Begrenzung, Kritik oder Überforderung. Im Kontakt mit dem Hund eröffnet sich ein Raum, in dem Erfolge leicht, sichtbar und unmittelbar spürbar werden.

Selbstwert und Selbstwirksamkeit entstehen nicht durch große Leistungen, sondern durch kleine, echt erlebte Momente:

„Ich kann etwas bewirken“ – „Der Hund reagiert auf mich“ – „Ich werde gebraucht“.

Damit diese Erfahrungen sicher und stabil entstehen, brauchen die Übungen einen klaren Aufbau und eine gute Vorbereitung. Die folgenden Beispiele gehören zu den wirkungsvollsten Elementen der tiergestützten Therapie und können unabhängig von Alter, Einschränkungen oder Zielgruppen angepasst werden.

Übung 1: „Kommandos geben und Verantwortung übernehmen“

1.1 Zielsetzung:

- Selbstwirksamkeit erleben: „Der Hund reagiert auf mich.“
- Mut und Klarheit fördern
- Sprache, Artikulation und Körperspannung verbessern
- ruhige Führung lernen

1.2 Vorbereitung:

- Hund befindet sich im ruhigen Grundzustand
- Bekanntes Setting (wenig Ablenkung)
- Nur 1–2 Kommandos auswählen (z. B. „Sitz“ oder „Warte“)
- Leckerli oder alternative Belohnung bereitlegen



1.3 Ablauf:

1. Startsignal setzen

Klient steht seitlich zum Hund, nicht frontal.

Fachkraft sagt: „Wenn du bereit bist, sagst du das Kommando.“

2. Klarheit der Stimme

Klient spricht ruhig, deutlich, ohne Druck.

Hund bekommt Zeit zu reagieren.

3. Körpersprache anpassen

Falls nötig, Klient etwas aufrichten, Schulter frei, Atem fließen lassen.

4. Erfolg ermöglichen

5. Fachkraft unterstützt unsichtbar (Handzeichen, leichte Führung).

Belohnung durch den Klienten

6. Hund bekommt die Belohnung aus der Hand des Klienten.

Wichtig: „Du hast das gut gemacht“ an den Klienten richten – kurze Verstärkung.

1.3 Therapeutische Auswertung:

- Wie hat es sich angefühlt, dass der Hund reagiert hat?
- Welche Kraft hatte deine Stimme?
- Was hat dir geholfen, klar zu sein?

1.4 Variation:

- Zwei Kommandos zu einer Mini-Sequenz verbinden: „Sitz“ → „Warte“
- Klient darf ein eigenes „geheimen“ Kommando erfinden (steigert Identifikation)

Übung 2: „Mini-Parcours gemeinsam bewältigen“

(Balance – Zusammenarbeit – Fokus – Handlungskompetenz)

2.1 Zielsetzung:

- Selbstkontrolle & Konzentration
- Körperkoordination
- Führungskompetenz
- Teamgefühl „Wir schaffen das zusammen“

2.2 Material:

- 3–5 einfache Elemente: Slalomstangen, Bodenmarkierungen, Balancebrett, Tunnel
- Leine oder Brustgeschirr
- Ruhige, sichere Fläche

2.3 Aufbau:

1. Parcours gemeinsam anschauen

Klient erklärt mit eigenen Worten, was gemacht wird.
Das stärkt Struktur & Orientierung.

2. Aufgabenverteilung

Klient führt
Hund folgt
Fachkraft begleitet seitlich (sichert und hilft nur bei Überforderung)

3. Los geht's

Klient beginnt mit ruhigem Startsignal.
Ziel ist nicht Perfektion – Ziel ist Erfolg durch Machbarkeit.

4. Jedes Element einzeln

Slalom: langsame Schritte, Hund nahe am Menschen
Balancebrett: Hund geht auf der Seite des Klienten, Klient führt an lockerer Leine

5. Bodenmarkierungen: „Da entlang, du machst das super“

Tunnel (nur bei sicheren Hunden): Klient darf entscheiden, ob Hund durch soll oder daneben läuft

6. Abschluss-Erfolg sichtbar machen

Klient bekommt ein kleines „Zertifikat“ in Worten:

„Der Hund ist dir gefolgt, weil du ihm Ruhe gegeben hast.“



2.4 Therapeutische Auswertung:

- Welche Stelle war leicht? Welche schwer?
- Was hat geholfen, dass der Hund dir vertraut hat?
- Spürst du, wie du geführt hast?

2.5 Variation:

- Klient baut Elemente selbst um → enorme Stärkung der Selbstwirksamkeit
- Parcours „spiegeln“: erst Klient führt Hund, später Hund „führt“ den Klienten (Richtungswechsel)

Übung 3: „Ich werde gebraucht“ – Versorgen & Vorbereiten

(Pflege = Verantwortung = Stabilität)

3.1 Zielsetzung:

- Verlässlichkeit erleben
- Struktur lernen
- Empathie und Handlungskompetenz
- Aktivierungsimpuls für depressive Klienten

3.2 Vorbereitung:

- Bürste, Tuch, Leckerli, Wassernapf
- Hund ruhig und ausreichend ausgelastet

3.3 Ablauf:

1. Klient übernimmt eine echte Aufgabe

- Wassernapf holen
- Leckerli vorbereiten
- Hund bürsten (weiche Bürste, kurze Sequenzen)
- Geschirr anlegen

2. Fachkraft hält sich bewusst zurück

Der Klient erlebt: „Es liegt in meiner Hand.“

3. Klare Anker setzen

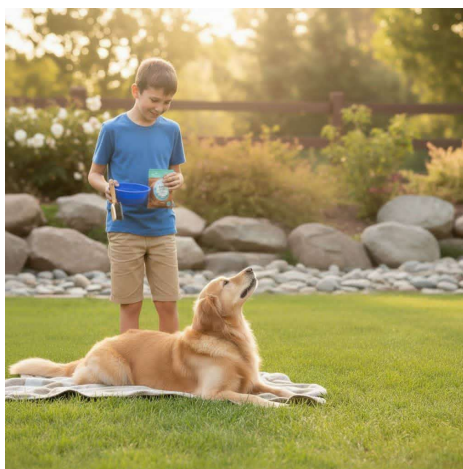
- „Danke, dass du das für den Hund machst.“
- „Ohne dich geht es nicht.“

4. Belohnung direkt sichtbar

Hund zeigt Freude: Schwanz wedelt, legt sich hin, sucht Nähe → Klient spürt Wirkung.

3.4 Therapeutische Auswertung:

- Wie war es, die Verantwortung zu übernehmen?
- Was hat der Hund dir gezeigt?
- Was davon kannst du in deinen Alltag mitnehmen?



Übung 4: Rituale der Nähe – Bürsten, Pfotenpflege, sanfte Massage

(Bindung – Berührungskompetenz – Ruhe)

4.1 Zielsetzung:

- Hemmschwellen abbauen
- Körperkontakt als Ressource
- Stressreduktion
- Feinmotorik und Ruhehaltung

4.2 Ablauf:

1. Hund liegt oder sitzt stabil

Klient sitzt seitlich neben dem Hund.

2. Berührung ankündigen

Klient sagt: „Ich komme jetzt mit der Hand.“

3. Sanfter Beginn

Mit der flachen Hand über Schulter oder Brust des Hundes streichen.

4. Ritual wählen:

- Bürsten (weiche Bürste, kurze Striche)
- Pfote halten (3 Sekunden, dann loslassen)
- Ohrmassage (nur bei vertrauten Hunden)
- Brustkorb-Kreisen (sehr beruhigend)

5. Hund reagiert → Klient beobachtet

- Schließt Hund die Augen?
- Wird die Atmung ruhiger?
- Sucht er Nähe?

6. Abschluss

Klient sagt dem Hund ein kleines „Danke“.

Therapeutische Auswertung:

- Wie hat sich die Berührung angefühlt?
- Was hat der Hund dir „gesagt“?
- Hat es dich ruhiger gemacht?



Übung 5: „Ohne dich geht es nicht“ – Erfolg sichtbar machen

(Der Hund kann die Aufgabe nur mit Hilfe des Klienten lösen)

5.1 Zielsetzung:

- klare Selbstwirksamkeit
- Entscheidungskraft
- Problemlösung
- Mut, Verantwortung zu übernehmen

5.2 Material:

- Kleine Box oder Dose
- Schnur, Deckel, Magnet oder Klett
- Lieblingsspielzeug des Hundes

5.3 Aufbau:

1. **Hund sieht, dass sein Spielzeug in die Box kommt**
Klient verschließt die Box.
Hund zeigt Motivation.
2. **Klient erhält alleinige Lösungskompetenz:**
 - Er öffnet die Box
 - Er gibt das Spielzeug frei
 - Hund bekommt es nur durch den Klienten
3. **Verstärkung**
„Der Hund hat auf dich gewartet.“
„Du hast die Lösung gefunden.“
4. **Wiederholung mit Varianten:**
 - anderer Verschluss
 - andere Position
 - Hund muss vorher ein „Sitz“ machen



Therapeutische Auswertung:

- Wie war es, dass der Hund dich brauchte?
- Hast du gemerkt, dass du eine Aufgabe lösen konntest?
- Was hat dir Kraft gegeben?

Konzentration & Aufmerksamkeit fördern

Konzentration entsteht nicht durch Anstrengung, sondern durch klare Strukturen, kleine Erfolgsschritte und einen Hund, der sichtbar reagiert. Viele Klienten erleben schon bei einfachen Übungen, dass ihr Fokus stabiler wird, weil der Hund auf jede kleine Veränderung ihrer Haltung oder ihres Tempos reagiert. Dadurch entsteht eine natürliche Aufmerksamkeitsschulung, ohne Druck oder Überforderung.

Die folgenden Übungen gehören zu den effektivsten Methoden, um Wahrnehmung, Fokus und Handlungsplanung zu stärken.

Übung 1: Agility-Elemente in therapeutischer Form

(angepasst – ruhig, klar, ohne Leistungsdruck)

1.1 Zielsetzung:

- Fokus auf einen Schritt nach dem anderen
- Struktur erkennen und folgen
- Bewegungsplanung
- Klare Kommunikation zwischen Mensch – Hund

1.3 Material:

- 2–3 Elemente reichen völlig: Slalom, kleine Hürde (Bodenstange), Reifen, Tunnel, Balancebrett
- Ruhige Fläche, möglichst ohne andere Hunde

1.4 Ablauf:

1. Vorbereitung des Parcours

Klient darf selbst entscheiden, wo welches Element steht.
Schon das Aufbauen fördert Planungskompetenz.

2. Erklärung des Ablaufs

Die Fachkraft beschreibt sehr einfach:

„Wir gehen Slalom – wir machen eine Pause – dann die Stange – dann sind wir fertig.“

3. Durchführung Schritt für Schritt

- Klient führt den Hund langsam an der Leine
- Jedes Element einzeln ansteuern
- Kein Tempo, kein Leistungsdruck
- Hund darf jederzeit erneut schauen, schnuppern, pausieren

4. Mini-Pausen einbauen

Nach jedem Element 3 Sekunden stehen bleiben – Atmung kommen lassen.

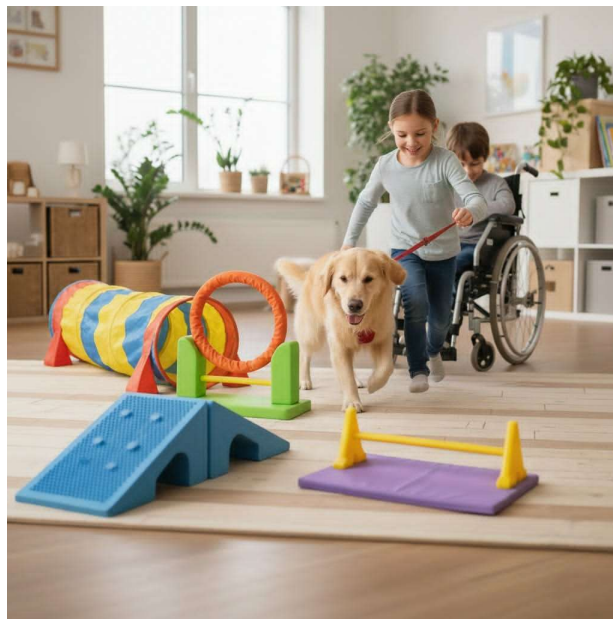
5. Abschluss

Klient lobt den Hund mit einem kurzen Satz:

„Gut mitgemacht.“

1.5 Variationen:

- Parcours spiegeln – in anderer Richtung laufen
- Klient baut den Parcours komplett selbst
- Hund ohne Leine (nur bei sicheren Hunden) – stärkt Führungsqualität



Therapeutische Auswertung:

- Wo war höchste Konzentration nötig?
- Was hat geholfen, ruhig zu bleiben?
- Wie hat sich der Hund an dir orientiert?

Das war nur der Ausschnitt einer faszinierenden Reise....

In unserer kompletten Ausbildung zum tiergestützten Therapeuten gehen wir gemeinsam den nächsten Schritt:

Du lernst von den Grundlagen zur vollständigen Begleitung in verschiedenen Bereichen.

Du hast weitere Fragen?

Gerne darfst du uns persönlich kontaktieren...per E-Mail, Telefon oder WhatsApp.

Wir freuen uns auf dich

Dein Vetmedicus Team