



Narben auf der Seele Traumaaarbeit mit Hunden

Mag. Iris Schöberl, PhD
www.beratungundtraining.at

Verhaltensbiologin, Hundeverhaltensberaterin
Familienberaterin, systemischer Coach
Säuglings-, Kinder-, Jugendlichen- und Elternberaterin

1

Die Polyvagal Theorie in der Therapie

Die 4 „R“ geprägt durch die Polyvagal Theorie

- Erkennen des Zustandes – wo befindet sich mein Hund?
- Respektieren der adaptiven überlebenssichernden Reaktion
- Regulieren oder co-regulieren in einen sicheren Verbundenheitszustand
- Neufassung der Geschichte – etwas Neues und Positives hinzufügen

Schöberl 2020

Deb Dana – Die Polyvagal-Theorie in der Therapie

2

Die Polyvagal Theorie in der Therapie

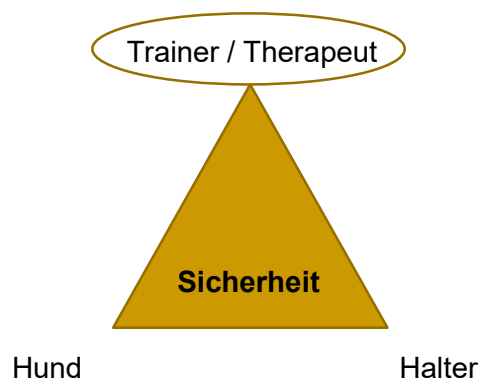
„Therapeuten“ sind dafür verantwortlich ihren eigenen autonomen Zustand zu regulieren – es ist wichtig zu dem Klienten in Kontakt zu treten, Signale der Sicherheit anzubieten und sie in die Sicherheit ventral-vagaler Verbundenheit einzuladen

Schöberl 2020

Deb Dana – Die Polyvagal-Theorie in der Therapie

3

Die Polyvagal Theorie in der Therapie



Schöberl 2020

4

Die Polyvagal Theorie in der Therapie

Bewegung als wichtiges Tool!

- Im „Ohnmacht“ Zustand → wieder in Bewegung kommen
 - Im „Kampf-Flucht“ Zustand → Bewegungsintensität steuern
 - Im „sozialen Verbundenheits“ Zustand kann Bewegung genossen werden
-
- Spiegeln von Bewegungen
 - Tanzen mit dem Hund!
 - Bewegungsspiele

Schöberl 2020

5

Interventionsmodell

PACE epigenetisch relevante Intervention!?

Playfulness, Acceptance, Curiosity, Empathy
→ das kindliche Gehirn zurück ins
bindungsorientierte Lernen holen

→ Epigenetische Re-programmierung!

Schöberl 2020

Zusammengefasst von Jonathan Baylin 2013

6

Interventionsmodell

PACE epigenetisch relevante Intervention!?

- Reduktion des Verteidigungssystems durch Oxytocin Ausschüttung in der Amygdala
- Dopamin Ausschüttung um neues Lernen zu fördern, Aktivierung des seeking systems
→ Neugierde gegenüber neuen Bindungsfigur

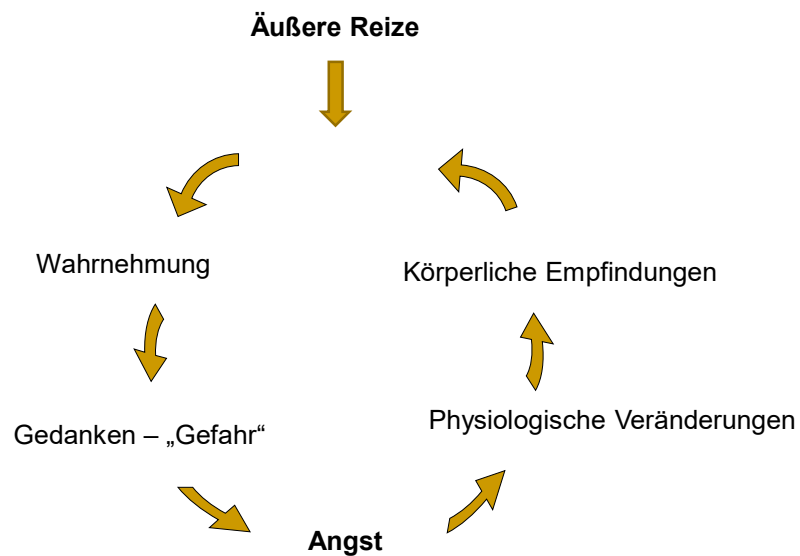
→ Von Selbstverteidigung zu Offenheit!

Schöberl 2020

Zusammengefasst von Jonathan Baylin 2013

7

Teufelskreis der Angst



Schöberl 2020

8

Den Hund ignorieren oder doch lieber nicht?

Angst...

- ist eine Emotion und kein spezifisches Verhalten
- wird aufgrund neuro-physiologischer Prozesse selbst verstärkt!
- wenn ich an der Situation nichts ändere, bleibt die Angst bestehen!

Vor allem bei Störungen ist es ein Teufelskreis!

Schöberl 2020

9

Vom Umgang mit Angst

Den Hund ignorieren oder doch lieber nicht?

Die Emotion dahinter ist das wesentliche!



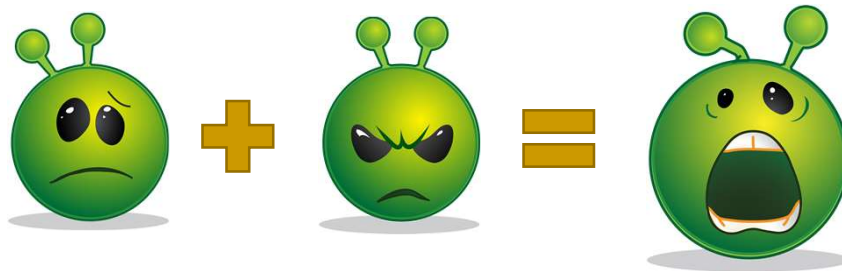
Schöberl 2020

10

Vom Umgang mit Angst

Den Hund ignorieren oder doch lieber nicht?

Die Emotion dahinter ist das wesentliche!



Schöberl 2020

11

Vom Umgang mit Angst

Den Hund ignorieren oder doch lieber nicht?

- Angst wird durch die Gabe von Futter, durch Streicheln und sanfte Ansprache **NICHT** verstärkt!
- Angst kann durch Stimmungsübertragung verstärkt werden
- Angst kann durch Aggression des Halters verstärkt werden

Schöberl 2020

12

Aus der Praxis



Mischlingshündin aus Tierschutz,
krank bei Übernahme
unsicher bis hin zu Panik → stärker und
zieht mehr wenn Hundehalter schlechter geht



Panikstörung → bei Übernahme der Hündin
stärker geworden sehr unsicher, wirkt sehr
kindlich und fremdbestimmt

**Ziel: Selbstbewusstsein, Selbstsicherheit,
Stressmanagement, Vertrauensaufbau**

Schöberl 2020

13

Epigenetische Therapie?

Veränderung epigenetischer Effekte durch

- Verhaltenstherapie bei Panikstörungen
Ziegler et al. 2016
- EMDR (Eye Movement Desensitization and
Reprocessing) bei PTBS Vinkers et al. 2019
- Umweltbereicherung kann bei traumatisierten
Mäusen die Weitergabe negativer
epigenetischer Effekte verhindern Gapp et al. 2016

Schöberl 2020

14

Traumaaarbeit beim Hund?

Stabilisierungsphase



Traumabearbeitungsphase



Integrationsphase

Schöberl 2020

15

Traumaaarbeit beim Hund?

- Kognitive Therapie
 - belastende Gedanken und Gefühle zum Trauma oder zu dessen Folgen werden bearbeitet
- EMDR
 - Eye Movement Desensitization and Reprocessing
- Exposition
 - dosierte und kontrollierte Konfrontation in sensu (in der Vorstellung) und in vivo (in der Realität) unter geschützten therapeutischen Bedingungen

zsgf in Kapfhammer, Spektrum Psychatrie, PTSD – Teil 2:
Psychotherapeutische und pharmakotherapeutische Ansätze

Schöberl 2020

16

Traumaaarbeit beim Hund?

- Kognitive Therapie
 - belastende Gedanken und Gefühle zum Trauma oder zu dessen Folgen werden bearbeitet
- EMDR
 - Eye Movement Desensitization and Reprocessing
- Exposition
 - dosierte und kontrollierte Konfrontation in sensu (in der Vorstellung) und **in vivo (in der Realität) unter geschützten therapeutischen Bedingungen**

zsgf in Kapfhammer, Spektrum Psychatrie, PTSD – Teil 2:
Psychotherapeutische und pharmakotherapeutische Ansätze

Schöberl 2020

17

Aus der Praxis



Beagle Rüde, 1 Jahr, als Welpen von heute auf morgen 8 Stunden am Tag alleine gelassen, wenig Hund-gerechte Beschäftigung, Hund hyperaktiv, läuft ständig nach, kontrolliert Halter, unerzogen, Trennungspanik



Paar, Ersthundehalter, sehr offen und bemüht

Ziel: gezielte Ruhe-Aktivität, Stressmanagement, Sicherheit und Vertrauen,

Schöberl 2020

18

Traumaaarbeit beim Hund?

Ziele der Exposition

- sehr langsame Gewöhnung
- Bearbeitung der negativen Interpretationen
- neue positive Erfahrungen sammeln – überlagern der negativen trauma-bezogenen Assoziationen
- hierarchisches Ordnen der belastenden Situationen
- Aufsuchen von Auslösern

Schöberl 2020

19

Aus der Praxis



Schäfermix aus Tötungsstation, 2,5 Jahre, seit 2 Jahren bei Halterin, starke Angst vor Männern, reagiert auf alles extrem gestresst, geringe Frustrationstoleranz



Halterin krank und motorisch beeinträchtigt, wollte keinen Hund mehr – 1 Jahr gebraucht um Hund anzunehmen, im Training sehr engagiert

Ziel: Stressmanagement, Impulskontrolle, Selbstsicherheit, Umweltsicherheit

Schöberl 2020

20

Traumaaarbeit beim Hund?

Gründliche Anamnese

- Vorgeschichte, Vorfälle
- Medizinisches, Gesundheit Ernährung
- Hundehalter Infos – Familiäre Situation, zeitliche Rahmen, Belastungen, Gesundheit
- Ruhe – Aktivität
- Bisheriges Training / Huschu
- Reaktionen auf Menschen / Hunde
- Unsicherheiten / Ängste / Aggression

Schöberl 2020

21

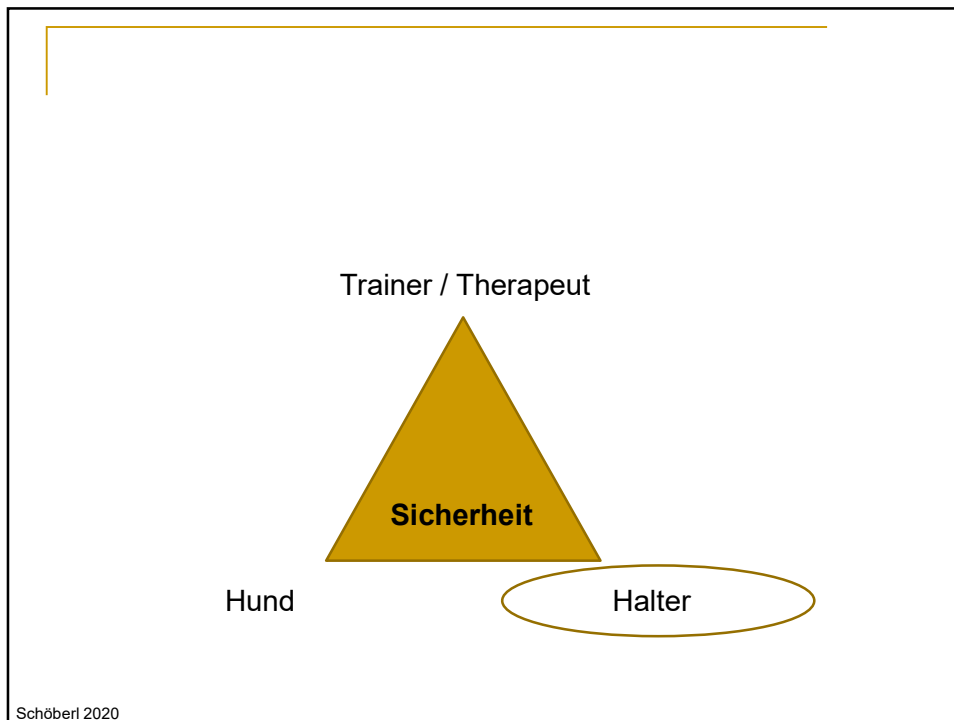
Traumaaarbeit beim Hund?

Gründliche Anamnese

- Problemstellungen / Ziele / Wünsche
- genaues Beobachten von Halter und Hund
- Hypothesen über Haltungsbedingungen möglich, ABER es bleiben Spekulationen!
- Wir bleiben im nonverbalen Raum!
- **Hund kann NICHT zustimmen oder die Situation selber verändern!**
- **Arbeit mit dem Halter als wesentlicher Bestandteil!**

Schöberl 2020

22



23

Aus der Praxis



Hündin aus Tierschutz, hatte Angst vor Jedem und Allem. Althündin im Haushalt gab Sicherheit, ist jedoch verstorben. Tierschutzhündin reagiert sehr sensibel auf Emotionen



Halterin hatte eine sehr innige Beziehung zur Althündin, konnte zur Tierschutzhündin nur schwer Kontakt her stellen. Meinte sie sei nicht so intelligent und demotiviert

**Ziel: Hündin annehmen wie sie ist,
Einstellungsänderung, Emotionsregulation**

Schöberl 2020

24

Methodische Ansätze in der Arbeit mit traumatisierten Kindern

- Herstellen von Sicherheit und Stabilität
- Stressreduktion
- Förderung von Stressregulation und Emotionsregulation
- Förderung von Kontaktfreudigkeit, Beziehungsfähigkeit, sicheren Bindungen
- Ressourcenorientierung, Potenzialförderung
- Förderung eines gesundheitsbewussten Lebensstils

Nach Bettina Ellerbrock/Hilarion G. Petzold
Traumatisierte Kinder – Einsatz der Traumapädagogik in der Kita

Schöberl 2020

25

Expositionsverfahren beim Hund

Stabilisierungsphase

- Beziehungsangebote schaffen
- sichere Bindung aufbauen
- Vertrauen, Nähe
- Schutz, Sicherheit

Schöberl 2020

26

Expositionsverfahren beim Hund

Stabilisierungsphase

gute Coping Strategien erarbeiten

- Stressmanagement im Alltag
- angemessene gezielte Auslastung
- genügend Ruhe & Rückzug

Schöberl 2020

27

Expositionsverfahren beim Hund

Stabilisierungsphase

Gesundheit beim Hund stärken

- Ernährung
- Osteopathie
- Ergänzend unterstützen

Schöberl 2020

28

Aus der Praxis



Silberne Labrador Hündin, 1,5 Jahre, vom Züchter, 4 Monaten zuvor Fuß gebrochen als von Couch gefallen → OP und 3 Monate kurze Leine, hohes Stresslevel, niedrige Frustrationstoleranz, beginnende Leinenaggression,



Halterin in Trainerausbildung, 2. Hündin im Haus, Halterin sehr engagiert und geduldig mit Hund, unsicher bei Hundekontakten

Ziel: Stressmanagement, Impulskontrolle, Gesundheit fördern, Selbstsicherheit

Schöberl 2020

29

Expositionsverfahren beim Hund

Stabilisierungsphase

Halter stärken
und unterstützen!

Schöberl 2020

30

Aus der Praxis



Labradorrüde 3 Jahre, mit 2 Jahren aus Tierheim übernommen, ehemaliger Streuner, Angst bei ruckartigen Bewegungen vor allem mit Gegenständen und bei Männern, leicht aufgeregt, nachlaufen daheim, vorheriger aversiver Hundetrainer



Halterin bereits sehr belastet

Ziel: Entlastung Halterin, Stressmanagement, Impulskontrolle, Abgabe

Schöberl 2020

31

Ziel der Stressbewältigung



Individuelle Stressanalyse



Stressbewältigung



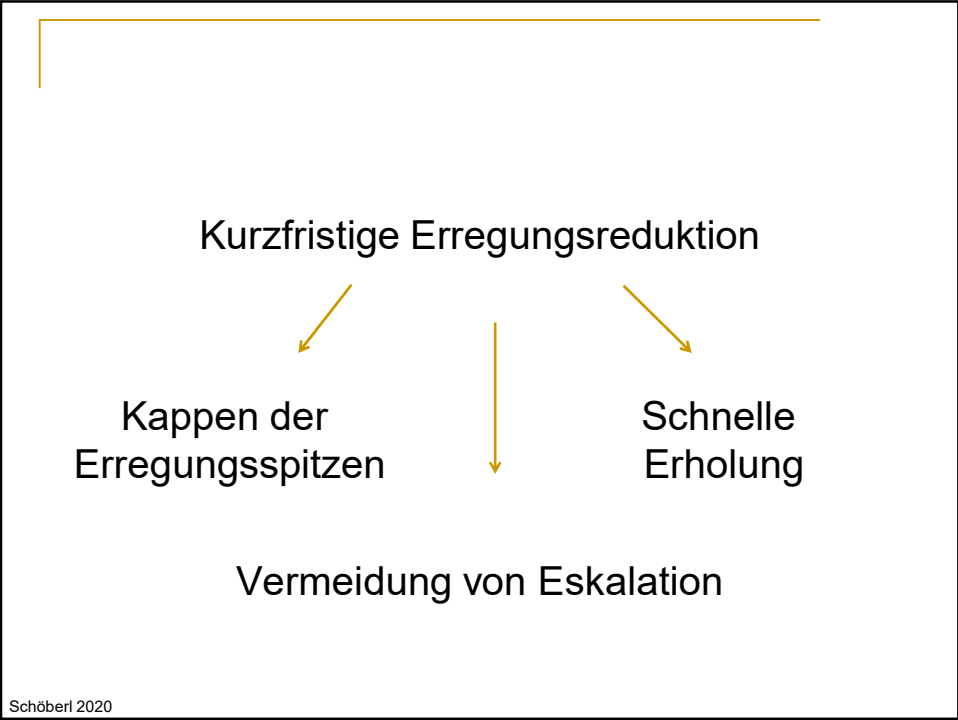
Kurzfristige
Erregungsreduktion



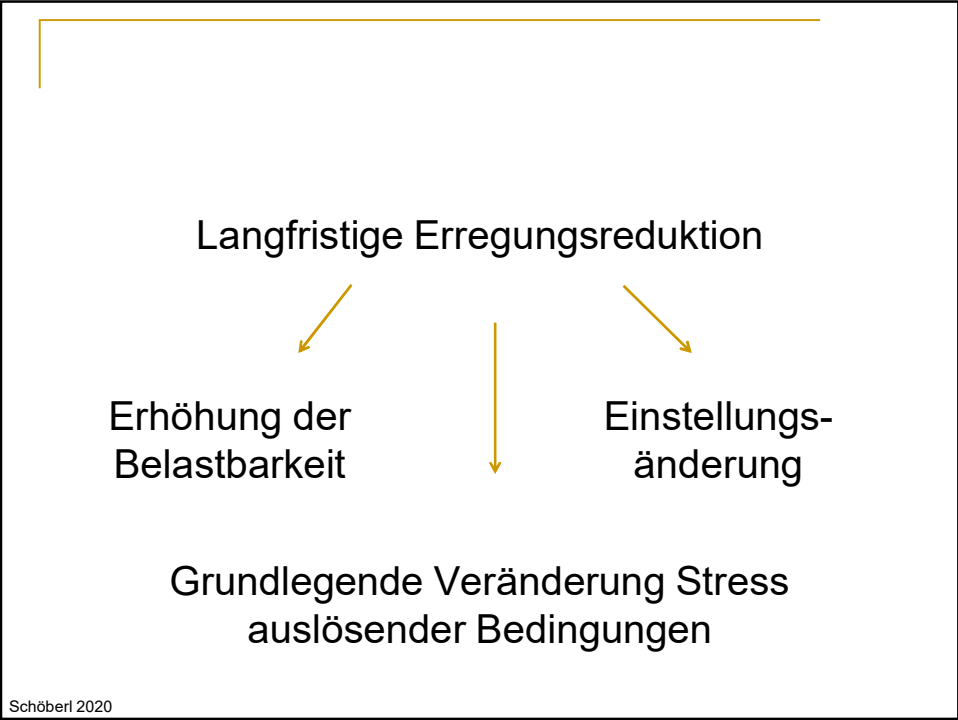
Langfristige
Erregungsreduktion

Schöberl 2020

32



33



34

Training



Management

Signale des Hundes lesen lernen

Schöberl 2020

35

Stressbewältigung & Alltagsmanagement

Managementmaßnahmen – Sicherheit geht vor!

- Hund sichern wenn nötig!
- Sicherheitsgeschirr / Schleppleine
- Hund daheim mit kurzer Schlepp
- Rauntrenner
- reizarme Spaziergänge / Umgebung
- vorausschauend spazieren gehen / handeln

Schöberl 2020

36

Stressbewältigung & Alltagsmanagement

Alltagsmanagementmaßnahmen

- die Welt des Hundes annehmen
- Alltag an die Bedürfnisse des Hundes anpassen
- viel Zeit und Geduld! Druck raus!
- Rückzugsort, wo nie was schlimmes passiert
- strukturierter Tagesablauf, viele Rituale

Schöberl 2020

37

Stressbewältigung & Alltagsmanagement

Alltagsmanagementmaßnahmen

- den Hund seine Welt mitgestalten lassen - Kontrollmöglichkeiten bieten
- Vorhersehbarkeit - Einschätzbarkeit
- gemeinsam viele positive Dinge erleben
- Erfolgserlebnisse schaffen
- proaktiv unterstützen und stärken

Schöberl 2020

38

Stressbewältigung & Alltagsmanagement

NICHT in den Konflikt führen!

Genügend **Abstand** halten -
der Hund soll sich wohl fühlen
und lernen, dass ihm nichts passiert!

Schöberl 2020

39

Stressbewältigung & Alltagsmanagement

Akut

- **Raus aus der Situation**
- **Selber ruhig bleiben**
- **Zeit geben**
- Schutz und Sicherheit geben
- Umlenken, wenn möglich
- Kauen und Schleckern beruhigt z.B. Futtertube

Was tut dem Hund genau jetzt gut?

Schöberl 2020

40

„Die Weisheit des Lebens besteht im Weglassen des Unwesentlichen“

Lin Yutang

Schöberl 2020

41

Online Angebote

- Live-Webinar "Mythen der Mensch-Hund-Bindung 24.03.
- Online Seminarreihe 4x4 Stunden „Mensch-Hund Bindung“ ab 30.04.
<https://www.beratungundtraining.at/kalender/mensch-hund-bindung-kurs/>
- Online Kurs „Hochsensibel durchs Leben“ ab Sommer
- Online Kurs „Stress lass nach – entspannt durch den Alltag“ ab Sommer

Newsletter:

www.beratungundtraining.at/news/

Schöberl 2020

42

Du brauchst mehr Unterstützung?

online Beratung
Familienberatung
tiergestützte Beratung
Hundeverhaltensberatung

www.beratungundtraining.at

Schöberl 2020

43



Narben auf der Seele Traumaaarbeit mit Hund

Mag. Iris Schöberl, PhD
www.beratungundtraining.at

Verhaltensbiologin, Hundeverhaltensberaterin
Familienberaterin, systemischer Coach
Säuglings-, Kinder-, Jugendlichen- und Elternberaterin

44