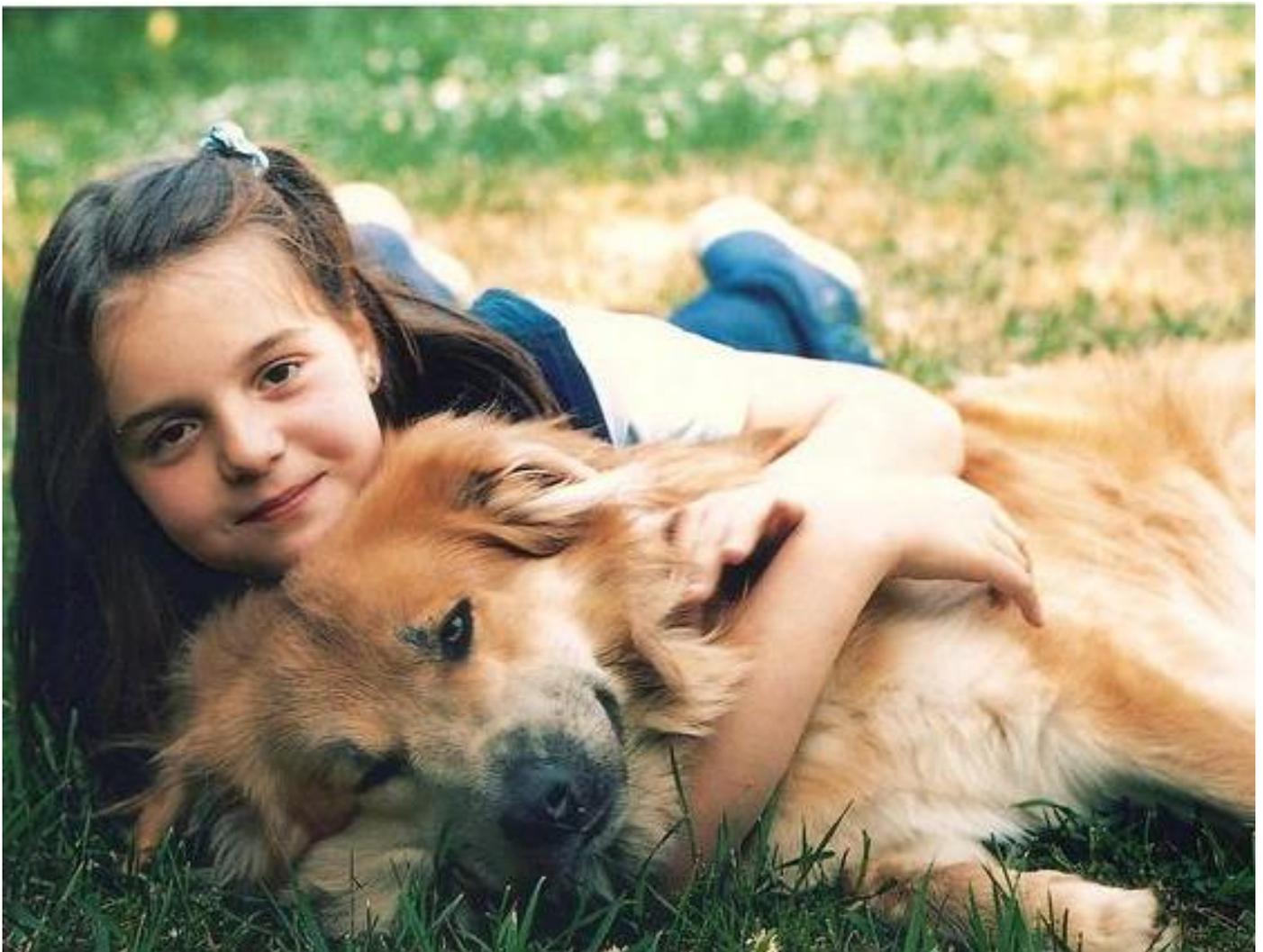


# **Die positive Auswirkung eines Haustieres auf seinen Besitzer**

**Verfasserin: Alicia Baumann**

**Abgabedatum: 31.05.2013**



# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Einleitung .....</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Worum geht es in dieser Arbeit? .....</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Warum habe ich dieses Thema gewählt? .....</b>	<b>1</b>
<b>1.3 Danksagung.....</b>	<b>1</b>
<b>2. Theoretischer Hintergrund .....</b>	<b>2</b>
<b>2.1 Ein Haustier für die Gesundheit .....</b>	<b>2</b>
2.1.1 Die Wirkung auf den Körper .....	2
2.1.2 Die Auswirkung auf die Psyche .....	3
2.1.3 Förderung der sozialen Kontakte .....	4
<b>2.2 Ein guter Freund für Kinder .....</b>	<b>5</b>
<b>2.3 Tiere in Altersheimen .....</b>	<b>5</b>
<b>3. Die Forschungen .....</b>	<b>6</b>
<b>3.1 Vorgehensweise .....</b>	<b>6</b>
<b>3.2 Zusammenfassungen .....</b>	<b>7</b>
3.2.1 Befragung diverser Haustierbesitzer .....	7
3.2.2 Aus dem Interview mit Frau Dr. Otterstedt .....	8
3.2.3 Das Pulsexperiment .....	8
<b>3.3 Meine Erkenntnisse im Vergleich mit der Theorie .....</b>	<b>9</b>
<b>4. Die wichtigsten Ergebnisse in Kürze .....</b>	<b>10</b>
<b>5. Fazit .....</b>	<b>11</b>
<b>6. Quellenverzeichnis .....</b>	<b>12</b>
<b>7. Anhang .....</b>	<b>13</b>
<b>7.1 Die Befragungen der Haustierbesitzer .....</b>	<b>13</b>
<b>7.2 Das Interview mit Frau Dr. Otterstedt .....</b>	<b>23</b>
<b>7.3 Zahlen und Fakten des Experiments .....</b>	<b>27</b>

# **1. Einleitung**

## **1.1 Worum geht es in dieser Arbeit?**

„Wie wirkt sich ein Haustier positiv auf seinen Besitzer aus?“ Mit dieser Frage habe ich mich auf den folgenden Seiten intensiv auseinandergesetzt. Diese Arbeit soll zeigen, ob ein Haustier unsere Gesundheit fördert und wie es sich auf unseren Körper und auf unsere Psyche auswirkt. Auch, ob ein Haustier die sozialen Kontakte beeinflusst und ob wir uns beim Streicheln eines Haustieres beruhigen.

Meine eigenen Untersuchungen bestehen aus Interviews und Pulsexperimenten, die ich zum Thema durchgeführt habe. Die Vorgehensweise und meine Erkenntnisse zu den Forschungen sind in der Arbeit aufgeführt. Der Einfachheit halber habe ich bei bestimmten Wörtern (wie z.B. der Besitzer) nur die männliche Form verwendet.

## **1.2 Warum habe ich dieses Thema gewählt?**

Im vergangenen Winter besuchte uns häufig „Räubi“, ein Kater aus der Nachbarschaft. Von meinem Bruder und mir liess sich Räubi gerne streicheln und er fing an zu schnurren. Räubis Ruhe und Gemütlichkeit gefielen uns jedes Mal sehr.

Bei meiner Themensuche sagte meine Mutter beiläufig zu mir: „Schreib doch einfach über Räubi“, und so begann ich ernsthaft über das Thema „Haustiere“ nachzudenken. Mir wurde bewusst, was ich früher gar nicht realisiert hatte: Häufig war mir schon aufgefallen, dass sich Personen beim Beschäftigen mit einem Haustier anders verhielten. Das nicht im negativen Sinne, sondern im positiven. Ihre Tonlage wurde ruhiger. Sie fingen an, liebevoll mit dem Tier zu reden und waren ganz begeistert von diesem.

Nachdem mir das bewusst geworden war, war ich wirklich interessiert, ob ein Haustier sich positiv auf den Menschen auswirkte. Ich beschloss, dieses Thema genauer zu untersuchen. Ebenfalls sah ich bei der Wahl dieses Themenbereiches, die Möglichkeit, mich mit Tieren zu beschäftigen, was mir schon immer grossen Spass bereitet hatte.

## **1.3 Danksagung**

Wer meint, eine solche Arbeit könne man alleine schreiben, täuscht sich gewaltig. Ich möchte mich hier bei allen, die mir dabei geholfen haben, von ganzem Herzen bedanken.

Erstmals ein grosses Dankeschön an meine Eltern, Claudia und Ralf Baumann, für ihre Unterstützung und ihre wertvollen Ratschläge. Ausserdem möchte ich Ulrike Trachte und ihren Kindern Carolin und Anja, Seung-Ah Holland, Eliane Keiser und Svenja Aschwanden, für die tollen Interviews danken. Ein riesiges Dankeschön geht an Frau Dr. Carola Otterstedt, dafür, dass sie sich extra Zeit genommen hat, meine Fragen zu beantworten und für ihr grosses Interesse an meinem Thema. Separat danke ich noch mal ganz herzlich meiner Mutter, meinem Bruder Fabio Baumann und Carolin Braun, für die Mitwirkung bei dem Pulsexperiment. Ohne euch alle wäre diese Abschlussarbeit nie zustande gekommen.

## 2. Theoretischer Hintergrund

Es war einmal ein kleines Mädchen, dessen Eltern sich ständig stritten. Darüber war es sehr traurig und betrübt. Eines Nachts, als das Mädchen in seinem Bett lag und weinte, kam eine Katze zum Fenster herein und schmiegte sich an das heulende Kind. Die Nähe der Katze schenkte dem Mädchen Trost und es fühlte sich in seinem Kummer nicht mehr so allein gelassen.

Es war einmal eine alte Frau. Sie war des Lebens müde und wohnte, sehr einsam und zurückgezogen, in einem Haus. Eines Tages kam ein Hund vorbei. Dieser wollte gefüttert werden und die Frau stand auf und gab ihm etwas zu essen. Danach wollte er gestreichelt werden und die Frau kratzte ihm das Fell. Hinterher wollte er spazieren gehen und die Frau zog sich an und ging mit ihm vor das Haus. Das Gefühl gebraucht zu werden, gab ihr wieder einen Sinn in ihrem Leben.

Diese Geschichten hören sich vielleicht wie Märchen an, dennoch sind sie wahr.<sup>1</sup> Haustiere bereiten Menschen Freude. Sie können eine positive Auswirkung sowohl im Alltag, als auch in der Therapie, auf uns haben.

### 2.1 Ein Haustier für die Gesundheit

Zahlreiche Studien besagen, dass wenn wir Haustiere wirklich gerne um uns haben, sie einen positiven Effekt auf unser Leben und somit auch auf unsere Gesundheit haben können. „Ich behaupte, dass das Zusammenleben von Menschen und Tieren einen bedeutenden Einfluss auf unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit ausübt“<sup>2</sup>, sagt der amerikanische Psychiater Aaron Katscher. Die Anwesenheit von Tieren sorgt für unser körperliches, psychisches und soziales Wohlbefinden.<sup>3</sup>

#### 2.1.1 Die Wirkungen auf den Körper

Beschäftigt sich ein Mensch mit seinem Haustier, so tut er seinem Körper auf unterschiedliche Art und Weise etwas Gutes. Die Wirkung auf den Körper wird hier am Beispiel des Hundes veranschaulicht.

Hunde haben einen starken Bewegungsdrang. Sie müssen jeden Tag mehrere Stunden an der frischen Luft laufen. Als Hundebesitzer bleibt man dadurch immer in Bewegung und wird fit gehalten. Beim Streicheln des Hundes, beruhigen und entspannen wir uns. Durch vertrauensvolle Berührungen werden weniger Stresshormone wie Adrenalin ausgeschüttet. Blutdruck und Puls sinken, was sich positiv auf unseren Körper auswirkt. Das macht die Wahrscheinlichkeit grösser, weniger Krank zu werden. Nach einer Studie, bei der alle Teilnehmer unter Bluthochdruck litten, sank dieser, nachdem sie sich einen Hund oder eine Katze zugelegt hatten.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Vgl. Greiffenhagen, S. & Buck-Werner, O., 2007, S. 13

<sup>2</sup> Greiffenhagen, S. & Buck-Werner, O., 2007, S. 30

<sup>3</sup> Vgl. [http://www.optipage.de/gesundheit\\_tiere\\_therapeuten.html](http://www.optipage.de/gesundheit_tiere_therapeuten.html), 23.04.2013

<sup>4</sup> Vgl. Otterstedt, C., 2001, S. 28

„Haustierbesitzer gehen bis zu einem Fünftel weniger zum Arzt als Menschen ohne Haustier“<sup>5</sup>, sagt Markus Grabka vom Deutschen Institut für Wirtschaftsforschung in Berlin. Wird man als Tierbesitzer krank, versucht man normalerweise schnell wieder gesund zu werden, um für das Haustier sorgen zu können. Besonders bei alten Menschen ist das von Nutzen. Mit der Verantwortung für ihr Tier, haben sie eine Aufgabe, die sie daran hindert in Trübseligkeit zu versinken.

### **2.1.2 Die Auswirkungen auf die Psyche**

Liebt man sein Haustier und verbringt gerne Zeit mit ihm, kann dieses unser emotionales Wohlbefinden fördern. Es bringt uns zum Lachen und vergnügt uns. Ist die Beziehung zwischen Mensch und Tier vertrauensvoll, werden durch die Berührung mit einem Haustier Glückshormone im Körper ausgeschüttet. In traurigen Situationen bietet es, allein durch sein Dasein Trost. Es hilft uns über den Kummer hinweg zukommen. Die Anwesenheit eines Haustieres wirkt stresslindernd und beruhigend.

Für viele Menschen ist das Haustier ein echter Dialogpartner. Man kann ihm alles erzählen: Freude und Leid. Die einzelnen Worte versteht das Tier nicht. Es spürt aber, wie es seinem Besitzer gefühlsmässig geht. Gegenüber Tieren können sich manche Personen besser öffnen als gegenüber Menschen. Haustiere hören geduldig zu, ohne ihre Meinung oder Kritik zu äussern, während dir Menschen Ratschläge erteilen oder ständig Fragen stellen. Aus diesem Grund werden bestimmte Tiere häufig in der Therapie bei psychisch kranken Menschen eingesetzt. Ein Tier kommuniziert über eine andere Ebene und kann diverse Menschen so besser erreichen als manche Therapeuten. Depressive können durch ein Haustier wieder lebensfroher werden. Menschen, welche von ihrer Umwelt abgekapselt leben, reagieren auf die Berührung eines Tieres lebhafter. Behinderte oder vom Weg abgekommene Personen erhalten durch ein Haustier, das Gefühl gebraucht zu werden. Bestimmte Tiere zeigen bei liebevoller Behandlung Bewunderung und verehren ihr Herrchen. Es ist ihnen egal, ob ihr Besitzer behindert oder entstellt ist. Sie nehmen ihn so an, wie er ist.

*„Wo das Tier den Menschen so annimmt, wie er ist, kann auch der Mensch beginnen, sich so anzunehmen, wie er ist“<sup>6</sup>*

Menschen, die am Rande der Gesellschaft stehen, leiden oft unter Ausgeschlossenheit und dem Gefühl, nutzlos zu sein. Bestimmte Tiere schenken gerade solchen Leuten Trost und Geborgenheit. Sie können deren verletzte Seele heilen, indem sie Zuneigung zeigen und ihren Besitzern ein Gefühl von Unersetzlichkeit geben.<sup>7</sup>

Natürlich haben Haustiere nicht immer positive Auswirkungen auf das menschliche Wohlbefinden. Bei jeder Person ist es anders. Es gibt Menschen, die in der Gesellschaft eines Haustieres zur Ruhe kommen können und es gibt diejenigen, bei denen es nicht funktioniert.

---

<sup>5</sup> Greiffenhagen, S. & Buck-Werner, O., 2007, S. 49

<sup>6</sup> Otterstedt, C., 2001, S. 87

<sup>7</sup> Vgl. Otterstedt, C., 2001, S. 33-39

Welche Art von Haustier man besitzt, spielt in jeder Hinsicht eine grosse Rolle. Hund, Katze oder Kaninchen können mehr Zuneigung zeigen als Aquarienfische. Zu einfach wäre es, wenn man psychisch kranken Menschen nur ein Haustier geben müsste und sie würden gesund werden. Wie bei anderen Therapien, ist auch diese bei manchen erfolgreich und bei anderen weniger. Es kommt immer darauf an, ob Mensch und Tier zueinander passen und sich gegenseitig verstehen. Sind dem Haustier Streicheleinheiten durch den Menschen nicht recht, so kann auch der Mensch dabei keinerlei Entspannung finden.

Ein liebevolles Verhältnis zwischen Haustier und Mensch kann nur entstehen, wenn beide Seiten zueinander Vertrauen haben. Ist das der Fall, kann das Tier eine positive Wirkung auf die menschliche Psyche haben.<sup>8</sup>

### **2.1.3 Förderung der sozialen Kontakte**

Ein Haustier verhilft auf aktive und passive Weise zu sozialen Kontakten. Es ist selbst ein lebendiges Gegenüber, führt aber auch zu menschlichen Beziehungen. Vor allem Hunde und Katzen erleichtern uns die Kontaktaufnahme mit anderen Menschen. Mit einem Tier an der Seite fühlt man sich meistens sicherer und überwindet möglicherweise seine Angst, andere Menschen anzusprechen. Eine Katze beispielsweise streunt in der umliegenden Gegend herum und macht dadurch Bekanntschaft mit Nachbarn. Diese sprechen womöglich den Besitzer der Katze auf das Tier an und lernen ihn dadurch besser kennen.

Laufen sich zwei fremde Menschen über den Weg, kommt es meistens nur zu einem kurzen „Guten Tag“. Auch wenn die eine Person mit der anderen gerne Kontakt aufnehmen würde, weiss sie oft nicht, wie sie ein Gespräch in Gang bringen soll. Ist jedoch ein Tier dabei, macht es die Sache einfacher. Jeder darf ein Tier ungefragt ansprechen. Dadurch wird auch der Besitzer in das Gespräch mit einbezogen. Man fragt zum Beispiel, wie das Tier heisse oder wie es ihm heute gehe.<sup>9</sup> Haustiere sind für viele ein interessantes Gesprächsthema, weil jeder schon Erfahrungen mit Tieren gemacht hat. Über das Tier kommt man auf weitere Dinge zu sprechen. Eine Unterhaltung zwischen wildfremden Menschen entsteht. Aus unbekanntem Menschen oder Nachbarn, die sich nichts mehr als den Gartenzaun teilen, können gute Freunde werden.

Innerhalb von Familien kann die Beziehung zueinander durch ein Haustier stark beeinflusst werden. Man unterhält sich über das Tier, tauscht lustige Tiererlebnisse untereinander aus, unternimmt mit dem Tier gemeinsam Ausflüge (dabei kommt es jedoch immer auf die Art des Haustieres an), usw.

Haustiere können somit, ohne dass sie es unbedingt beabsichtigen, eine Kommunikation zwischen Menschen zustande bringen und soziale Einsamkeit verringern.<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> Vgl. Otterstedt, C., 2001, S. 31 & 43/ Greiffenhagen, S., & Buck-Werner, O., 2007, S.116

<sup>9</sup> Vgl. Greiffenhagen, S. & Buck-Werner, O., 2007, S.40

<sup>10</sup> Vgl. Otterstedt, C., 2001, S. 39-42

## 2.2. Ein guter Freund für Kinder

Menschen unterschiedlichen Alters können vom Besitz eines Haustieres stark profitieren. Tiere machen besonders Kinder neugierig. Ein Tier ist für viele interessant, weil es zwar ein Lebewesen ist, jedoch nicht wie ein Mensch kommuniziert. Die Berührung des weichen Fells macht Kinder Freude. Oft hört man, dass sich Kinder ein Haustier wünschen. In ihm sehen sie einen Freund und Spielgefährten. Gemäss Studien fördern Haustiere, das Verantwortungsbewusstsein, das Einfühlungsvermögen und das Mitgefühl eines Kindes. Kinder lernen durch ein Tier, was Leben und Tod bedeutet, denn die meisten Haustiere sterben irgendwann. Durch ein Haustier kann ein Kind neue Freunde finden. In der Schule und auf der Strasse wird es öfters darauf angesprochen. In schweren Situationen können Haustiere eine wertvolle Stütze sein. Übt die Schule grossen Druck aus oder gibt es Streit zu Hause, bietet ein Tier Ablenkung und einen guten Ausgleich. Es tröstet und bringt jedes Kind wieder zum Lachen.<sup>11</sup>

## 2.3 Tiere in Altersheimen

Immer mehr Alterseinrichtungen schaffen sich Stationstiere oder Freigehege an.<sup>12</sup> Von Haustieren profitieren sowohl die Patienten als auch die Pfleger. Es kommt weniger zu angespannten Situationen. Haustiere bringen einen zum Lachen und motivieren zu Bewegung. Ist es einem Patienten langweilig, kann er nach dem Tier sehen. Durch Haustiere werden viele Bewohner von Schmerzen abgelenkt. Die regelmässige Pflege und Fütterung des Tieres hilft, einen langweiligen Alltag in sinnvolle Aufgaben zu gliedern. Die Reaktionen der Patienten auf die Tiere sind unterschiedlich. Manche reagieren überhaupt nicht, aber bei denjenigen, die mit Tieren Kontakt aufnehmen wollen, sind positive Wirkungen zu erkennen. Tiere regen die Menschen in Pflegeheimen zu Gesprächen an. Jemand redet beispielsweise liebevoll mit einer Katze und ein anderer ist interessiert und stimmt in das Gespräch mit ein. Besitzt ein Altersheim ein Freigehege, kommen öfters Familien mit Kindern vorbei, um sich die Tiere anzusehen. Das bietet den Patienten eine Chance neue Kontakte zu knüpfen.

Studien besagen, dass Demenzkranke, sich durch die Berührung mit einem Haustier wieder an eigene Tiererlebnisse aus ihrer Vergangenheit erinnern. Für bettlägerige Patienten gibt es Programme, bei denen ruhige Tiere z.B. Kaninchen ans Bett gebracht werden. Es ist ein schönes Gefühl, ein warmes, weiches Lebewesen an sich zu spüren. Auch Sterbenden und deren Angehörigen schenken Stationstiere oft Geborgenheit und Ruhe in dieser schweren Zeit.

Besonders beliebt in Pflege- und Alteneinrichtungen sind Tierbesuchsprogramme. Dabei statten Leute von einer Organisation, aber auch Privatpersonen mit ihren Tieren, Menschen in Altersheimen einen Besuch ab. Jeder darf das Tier halten und streicheln. Es kommt zu Freude, Spass und Unterhaltungen zwischen den Patienten.<sup>13</sup>

---

<sup>11</sup> Vgl. Otterstedt, C., 2001, S. 46/ Greiffenhagen, S. & Buck-Werner, O., 2012, S. 72

<sup>12</sup> Vgl. Otterstedt, C., 2001, S. 58

<sup>13</sup> Vgl. Greiffenhagen, S. & Buck-Werner, O., 2007, S. 106-117

## 3. Die Forschungen

### 3.1 Vorgehensweise

Um die gestellten Fragen zu beantworten, wurden diverse Untersuchungen durchgeführt. Einmal geschah dies in der Form eines Interviews mit einer Professorin. Ausserdem wurden Befragungen mit Haustierbesitzern gemacht und zuletzt ein Experiment zum Thema durchgeführt.

Hier wird nun die Vorgehensweise beim Forschen aufgezeigt und veranschaulicht, welche Personen daran teilgenommen haben.

Vier Haustierbesitzer unterschiedlichen Alters wurden zum Thema interviewt. Diese Befragungen sollten die verschiedenen Eindrücke und Ansichten der Interviewpartner, in Bezug auf ihr Haustier zeigen. Passende Fragen dazu waren z.B. ob das Tier eine bestimmte Wirkung auf die Gefühle seines Besitzers habe oder ob es ein häufiger Gesprächspartner sei. Die Tierhalter hatten nichts dagegen, namentlich in der Arbeit erwähnt zu werden.

Die erste Befragte, Seung-Ah Holland, ist eine erfahrene Hundesitterin und eignete sich deshalb bestens für ein Interview. Seit einigen Jahren kümmert sie sich schon um die Hundedame „Piper“, was ihr grossen Spass bereitet. Das Interview mit ihr fand persönlich am Donnerstag, den 09.05.2013, statt. Die Fragen bezogen sich auf den Hund und seine Auswirkung auf Frau Holland.

Die zweite Interviewpartnerin ist Ulrike Trachte. Sie und ihre Familie besitzen zwei Katzen, mehrere Aquarienfische und drei Schildkröten. Frau Trachte stammt aus einer tierliebenden Familie und besass schon als Kind zahlreiche Haustiere. Da ihre Kinder, Anja und Carolin, sich viel mit den Haustieren beschäftigen, durften die beiden am Interview teilnehmen und ihre eigenen Meinungen äussern. Die Befragung geschah am Mittwoch, den 22.05.2013, bei ihnen zu Hause.

Neben den beiden Erwachsenen wurde am Donnerstag, den 23.05.2013, Svenja Aschwanden zu ihrem Kater „Tom“ interviewt. Kurz danach am Samstag, den 25.05.2013, fand eine Befragung mit Eliane Keiser statt. Selber besitzt sie zwar keine Haustiere, kümmert sich aber regelmässig um zwei Esel und kennt sich mit Tieren ziemlich gut aus.

Die Antworten der vier Befragten waren Grossteils sehr aussagekräftig und lassen sich in die Recherchearbeit bestens einbauen.

Im Interview mit den Haustierbesitzern hatte man von diesen persönliche Eindrücke und Meinungen erhalten. Um die gestellten Fragen zusätzlich von einer Fachperson beantwortet zu haben, wurde neben den verschiedenen Tierbesitzern, Frau Carola Otterstedt befragt. Sie ist Verhaltensforscherin und hat die Stiftung „Bündnis Mensch & Tier“ aufgebaut. Frau Otterstedt führte mehrere Studien zum Thema „die positive Auswirkung eines Heimtieres auf den Menschen“. Aus ihren Untersuchungen entstand das Buch „Tiere als therapeutische Begleiter. Gesundheit und Lebensfreude durch Tiere - eine praktische Anleitung“

Aus diesem Grund kennt sie sich auf diesem Gebiet bestens aus.

Da Frau Otterstedt in Deutschland lebt, wurde das Interview per E-Mail durchgeführt. Die gestellten Fragen bezogen sich auf das Thema darunter auch auf ihr Buch und ihre eigenen Erlebnisse mit Haustieren. Aus Zeitgründen konzentrierte sie sich ausschliesslich auf einen Teil der Fragen. Ihre Antworten sind hervorragende Informationen für die Abschlussarbeit.

Viele Studien besagen, dass die Beschäftigung mit einem Haustier puls- und blutdrucksenkend auf uns Menschen wirke. Um das eigenhändig zu testen wurde ein Pulsexperiment durchgeführt. Man ging der Frage nach, ob unser Puls beim Streicheln eines Haustieres ruhiger und tiefer sei, als bei anderen Aktivitäten. Der Versuch verlief vom 21.05.2013 bis zum 23.05.2013 und fand sowohl drinnen als auch draussen statt. Vier Personen nahmen daran teil. Die Namen der Teilnehmer dürfen in der Arbeit erwähnt werden. Bei diesen handelte es sich um Carolin Braun, Fabio Baumann, Claudia Baumann und Alicia Baumann. Bei diesem Experiment musste jeder Teilnehmer vier verschiedene Aktivitäten ausführen. Während er diese verrichtete, wurde bei ihm der Puls gemessen. Die erste Aufgabe war einen Text vorzutragen, um zu sehen, wie der Puls in nervösen Situationen ist. Danach sollte man still sitzen und drittens ein Wettrennen machen. Als viertes beschäftigten sich die Teilnehmer intensiv mit einem Haustier. Dieses war einmal eine Katze, am nächsten Tag eine Schildkröte und ein anderes Mal ein Hamster. Sobald jeder die Aufgaben verrichtet hatte, wurden die Durchschnitte, der einzelnen Aktivitäten berechnet und danach miteinander verglichen.

## **3.2 Zusammenfassungen**

### **3.2.1 Befragung diverser Haustierbesitzer**

Alle Interviewpartner waren schon immer tierlieb, bzw. hatten in ihrer Kindheit bereits Erfahrungen mit Haustieren gemacht. Bei der Frage, inwiefern sich das Haustier auf ihr Wohlbefinden auswirke, meinten alle das Tier beruhige sie.

Frau Holland ist mit Piper, einer Irish-Terrier-Hündin, an der Seite immer gut gelaunt. Sowohl ihr Mann als auch sie sind grosse Fans von ihr. Sie lieben die Hündin über alles und wissen, dass Piper auch sie liebt. Durch Piper hat Frau Holland einen geregelten Tagesablauf. Alles ist geplant: Wann sie mit dem Hund spazieren geht, wann es essen gibt, usw. Ulrike Trachte hat manchmal viel Arbeit mit ihren Tieren, macht das aber auch gerne und entspannt sich dabei. Sie und ihre Kinder haben an den vielen Haustieren grosse Freude. Es macht ihnen Spass, diese zu beobachten. Ist Carolin müde oder traurig, kann sie sich beim Streicheln ihrer Katze sehr beruhigen. Ähnlich ist es mit Svenja Aschwanden. In traurigen Situationen kommt ihr Kater zu ihr und sie fühlt sich dadurch nicht mehr so alleine. Für alle Befragten sind die Haustiere ebenfalls ein Ablenkung vom Alltagsstress. Eliane Keiser besucht gerne die beiden Esel, weil es ihr grossen Spass macht und sie dadurch auf andere Gedanken kommt. Mit den Eseln begegnet sie oft neuen Menschen, die sie auf die Tiere ansprechen. Auch Frau Holland und Carolin haben durch die Haustiere neue Kontakte geknüpft oder unterhalten sich mit Freunden über sie. Bei Svenja Aschwanden ist das eher weniger der Fall.

### **3.2.2 Aus dem Interview mit Frau Dr. Otterstedt**

Frau Otterstedt hat sich schon immer für das Verhalten zwischen Menschen und Tieren interessiert und zu diesem Themenbereich einige Studien betrieben. Momentan besteht ihre hauptsächliche Aufgabe darin, Wissenschaftler in allen deutschsprachigen Ländern, zu motivieren, auf diesem Gebiet zu forschen.

Sowohl in ihrem Privatleben als auch bei der Arbeit ist Frau Otterstedt ständig von Tieren umgeben. Für sie ist es jedes Mal aufs Neue wieder spannend, mit einem Tier in Kontakt zu treten und von ihm zu lernen.

Wollen wir Vertrauen zu einem Haustier aufbauen, so ist es wichtig, dass wir das Tier respektvoll und artgerecht behandeln. Ist das der Fall, kann ein Tier sich sehr beruhigend auf uns Menschen und positiv auf unsere Gesundheit auswirken.

Ein Mensch ist ein Gruppentier und sehnt sich nach Körperkontakt, über welchen Tiere kommunizieren. Bei vertrauensvoller Beziehung zwischen Mensch und Tier, kommt das Tier auf den Menschen zu und nimmt somit Kontakt auf. Wir geniessen das Streicheln und Kraulen und entspannen uns dabei. Ein Gefühl von Zufriedenheit und Wohlbefinden erfasst uns, was daher kommt, dass bei liebevoller Berührung mit einem Tier, Glückshormone, wie Endorphin und Oxytocin in unserem Körper ausgeschüttet werden.

Was uns Menschen ebenfalls guttut, ist ein geregelter Tagesablauf. Die Pflege eines Haustieres sorgt genau für diesen. Mit der Haltung eines Tieres übernehmen wir auch die Verantwortung für unseren Schützling. Wenn Haustierbesitzer krank werden, versuchen sie meistens schneller wieder gesund zu werden, um für das Tier zu sorgen. Solange die Beziehung zwischen Mensch und Tier vertrauensvoll ist, spürt es das Tier sogar, wenn es seinem Besitzer schlecht geht.

Ein Tier kann bei artgerechter Haltung seinem Besitzer auf verschiedene Art und Weise guttun. Gerade bei Familien mit Kindern kann ein Tier eine grosse Bereicherung sein. Wenn Haustiere aber nur als Spielzeug für die Kinder dienen und irgendwann langweilig werden, sollte man sich keines anschaffen. Traurig ist es auch, wenn sich beispielsweise Menschen mit Eheproblemen nur deshalb ein Tier zulegen, weil sie der Meinung sind, sie würden durch das Tier wieder zusammenfinden. Doch das ist falsch. Tiere sind kein Hilfsobjekt. Es sind Lebewesen. Unter dem Stress der Erwachsenen leiden besonders die Tiere und Kinder. Solange es dem Haustier nicht gutgeht, kann auch keine entspannende Beziehung zwischen Mensch und Tier entstehen.

### **3.2.3 Das Pulsexperiment**

Die Durchschnittspulse der einzelnen Aktivitäten jeder Person sind im Vergleich mit denen der anderen Teilnehmer sehr ähnlich. Beispielsweise hat Carolin Braun beim Textvortragen einen Puls von 107/min und Fabio Baumann einen von 103/min. Auch das Verhalten der Beteiligten während der Aufgabendurchführung war vergleichbar. Beim Wettrennen

atmeten alle schwer und laut und brauchten nach ein paar Runden ein Pause. Während die Teilnehmer ihren Test vortrugen, merkte man drei von vieren eine gewisse Nervosität und Aufregung an. Die Aufgabe „Still sitzen“ fanden alle am einfachsten, weil sie nur da sitzen und nichts machen mussten. Jeder der Teilnehmer hatte beim Beschäftigen mit einem Haustier ein Lachen im Gesicht. Es fiel auf, dass die Stimme der jeweiligen Person ruhiger und freundlicher wurde und dass sie liebevoll mit dem Tier sprach. Die Gesamtdurchschnittswerte zeigen ein eindeutiges Ergebnis.

### Gemessener Durchschnittspuls der Teilnehmer

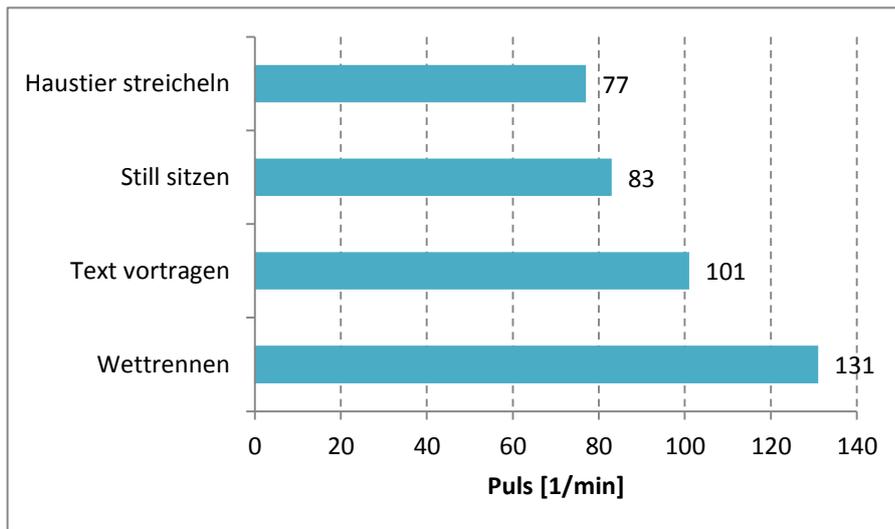


Abb. 1: Gemessener Durchschnittspuls der Teilnehmer

### **3.3 Meine Erkenntnisse im Vergleich mit der Theorie**

Bei den Forschungen konnte man die positive Auswirkung eines Haustieres auf seinen Besitzer deutlich erkennen. Sowohl die Interviews als auch das Experiment zeigten, dass Haustiere Menschen guttun. Das Interview mit Frau Otterstedt veranschaulichte, dass ein Tier eine wundervolle Beziehung zu „seinem Menschen“ aufbauen kann. Vorausgesetzt, dieser behandelt es mit Liebe und Respekt. Besteht kein Vertrauen zwischen Mensch und Tier, kommt es auch nicht zu einer Steigerung des Wohlbefindens. Ist eine vertrauensvolle Beziehung gegeben, wirkt sich ein Tier positiv auf unsere Gesundheit aus. Wir entspannen und beruhigen uns beim Streicheln des Tieres. Das bestätigt sich auch bei den Befragungen mit den Haustierbesitzern. Alle erzählten begeistert von ihrem Tier. Man spürte richtig, dass die Haustiere eine bedeutende Rolle in ihrem Leben spielen. Während die Antworten auf manche Fragen sehr unterschiedlich ausfielen, erkannte man in einem Punkt eine grosse Ähnlichkeit. Alle Interviewpartner beruhigen oder entspannen sich beim Beschäftigen mit ihrem Haustier. Dies zeigt, dass sich Haustiere positiv auf unser Wohlbefinden auswirken.

Die Frage, ob unser Puls beim Streicheln eines Haustieres ruhiger und tiefer sei als bei anderen Aktivitäten, beantwortete das Experiment. Jeder Teilnehmer hatte beim Beschäftigen mit einem Haustier, den niedrigsten Puls überhaupt, was besagt, dass ein Haustier pulssenkend auf den Menschen wirken kann. Dies bedeutet, dass man beim

Beschäftigen mit einem Haustier Stress abbaut und seiner Gesundheit etwas Gutes tut. Dieses Experiment wurde jedoch nur einmal durchgeführt und kann deswegen nicht garantieren, dass es immer so ist. Schliesslich kommt es immer auf die Situation an, in welcher sich Mensch und Tier befinden. Ist das Haustier gestresst oder hat es keine Lust, sich Streicheln zu lassen, sinkt der Puls beim Besitzer nicht. Aus diesem Grund könnte es bei einem zweiten Experiment wieder zu ganz anderen Werten kommen. Dieser Versuch hat aber trotzdem in gewisser Weise gezeigt, dass ein Haustier pulssenkend und entspannend wirken kann.

#### **4. Die wichtigsten Ergebnisse in Kürze**

Bestimmt hat jeder einen Haustierbesitzer schon einmal schwärmen hören, wie süss seine Katze oder wie zutraulich sein Hund doch sei. Tiere erheitern und erfreuen Menschen. Den meisten macht es Spass, sich mit einem Tier zu beschäftigen und es zu versorgen. Klar ist, Haustiere haben eine positive Auswirkung auf unser Wohlbefinden und somit auch auf unsere Gesundheit. Haben wir sie wirklich gerne um uns, können wir uns beim Beschäftigen mit ihnen beruhigen und entspannen. Es ist anhand mehrerer Studien bewiesen, dass die Anwesenheit eines Haustieres puls- und blutdrucksenkend für den Besitzer sein kann. Wir alle sehnen uns nach Geborgenheit und Liebe. Haustiere, wie Hund, Katze oder Kaninchen können uns genau das geben. Ist die Beziehung zwischen Mensch und Tier vertrauensvoll, werden beim Streicheln Glückshormone in unserem Körper ausgeschüttet und ein Gefühl von Freude durchdringt uns.

Egal welcher Altersgruppe man angehört oder unter welchen Umständen man lebt, für jeden tierliebenden Menschen kann ein Haustier eine grosse Bereicherung sein.

Kinder, die mit Tieren aufwachsen, lernen dadurch Verantwortung zu übernehmen. Ein Tier ist in traurigen Situationen oftmals eine wichtige Stütze für das jeweilige Kind. Es hilft gegen Einsamkeit und lenkt von Kummer und Sorgen ab. Für jeden alleinstehenden Menschen ist es schön zu wissen, dass man zu Hause von jemandem freudig erwartet wird. Wer ein Haustier, wie beispielsweise einen Hund besitzt, kommt schnell mit anderen Leuten in Kontakt. Man wird auf das Tier angesprochen und schon entsteht eine Konversation. Haustiere vertreiben die Einsamkeit. Alten Menschen, deren Partner vielleicht gerade gestorben sind, tun Haustiere besonders gut. Sie geben ihren Besitzern einen geregelten Tagesablauf und man kommt nicht auf den Gedanken, in Trostlosigkeit zu versinken. Schliesslich hat man die Verantwortung für ein Lebewesen und das gibt vielen Menschen ein gewisses Selbstwertgefühl. In einigen Alters- und Pflegeheimen leben Stationstiere, wie Katzen oder Hunde, welche die Patienten aufmuntern und aus ihrem normalen Alltag heraus holen. Es hat sich gezeigt, dass Tiere in Altenheimen eine durchaus beeindruckende Wirkung auf die ganze Atmosphäre haben.

Seit herausgefunden wurde, dass Tiere sich positiv auf den Menschen auswirken, werden sie intensiv in Therapien eingesetzt. Manchmal können bestimmte Tiere bei psychisch kranken Menschen etwas bewirken, was kein Therapeut schafft. Oft sind sie wichtige Dialogpartner,

denn einem Haustier kann man alles erzählen. Es hört einfach nur zu, ohne seine Meinung zu äussern oder die ganze Zeit Tipps zu geben. Für Personen mit Behinderungen oder Krankheiten kann ein Haustier wertvoll sein. Häufig werden solche Personen von ihren Mitmenschen nicht akzeptiert. Sobald jemand etwas aus der Reihe fällt, wird mit „dem Finger auf ihn gezeigt.“ Für ein Haustier ist es völlig unbedeutend, ob sein Besitzer behindert ist oder am Rande der Gesellschaft lebt. Es nimmt ihn so an, wie er ist.

## 5. Fazit

Obwohl ich Tiere sehr gerne habe, war die Auseinandersetzung mit dem Thema eine grosse Herausforderung für mich.

Da ist ein richtiges „kleines Projekt“ entstanden, bei welchem ich viel Neues dazugelernt habe. Allein zu erfahren, wie eine solche Abschlussarbeit aufgebaut ist und wie man vorgehen soll, fand ich äusserst lehrreich. Auch der vorgegebene Umfang der Arbeit war schliesslich entscheidend. Was sollte rein in die Arbeit? Und wo war es vernünftig etwas wegzulassen?

Ich wusste nicht immer sofort, wie ich etwas formulieren oder wo ich diese Aussage genau einordnen sollte. Wegen meiner Unerfahrenheit hat die Arbeit sehr viel Zeit in Anspruch genommen. Gleichzeitig bin ich davon überzeugt, dass es eine gute Vorbereitung auf kommende, vielleicht noch grössere Arbeiten gewesen ist.

Beim nächsten Mal habe ich mir vorgenommen, nicht mehr ganz so viele Forschungen zu betreiben und mich mehr auf wenige Details zu beschränken. Dennoch bin ich der Ansicht, dass die Interviews und das Experiment gelungen sind. Manchmal war es jedoch nicht leicht, die Tiere in das Experiment miteinzubeziehen. Beispielsweise wollten sich die Katzen nicht immer streicheln lassen und das mussten wir akzeptieren. Schliesslich kann man ein Lebewesen, gerade eine Katze, zu nichts zwingen. Das war zum Teil anstrengend. Trotzdem hat mir das eigene Forschen grossen Spass bereitet, weil ich mich dabei mit Menschen und mit Tieren beschäftigen konnte.

Während der vergangenen Wochen verspürte ich selbst auch immer wieder den Wunsch nach einem eigenen Haustier. Kater „Räubi“ hat sich in letzter Zeit seltener bei uns blicken lassen. Er streunt im Frühjahr lieber draussen herum.

Mir ist bei meiner Recherche aber auch bewusst geworden, dass ein Tier von seinem Besitzer viel Fürsorge und Zeit einfordert. Und das über viele Jahre hinweg! Im Augenblick haben wir für unsere Familie eine andere Möglichkeit entdeckt. Manchmal leihen wir uns jetzt im Tierheim einen Hund zum Ausführen aus. Natürlich ist dies kein Ersatz für einen eigenen Hund. Wir tragen aber auch nur für kurze Zeit die Verantwortung für das Tier.

„Nora“ und „Sissi“ freuen sich jedes Mal, wenn sie mit uns unterwegs sein dürfen. Mein Bruder und ich freuen uns mit ihnen und dann wedeln die Hunde ganz aufgeregt mit ihrem Schwanz.

## 6. Quellenverzeichnis

- Otterstedt, C., (2001). Tiere als therapeutische Begleiter. Gesundheit und Lebensfreude durch Tiere- eine praktische Anleitung. Stuttgart: Franckh-Kosmos Verlags-GmbH & Co. KG.
- Greiffenhagen, S., & Buck-Werner, O., (2007). Tiere als Therapie. Neue Wege in Erziehung und Heilung. Nerdlen: Kynos Verlag.
- [http://www.optipage.de/gesundheit\\_tiere\\_therapeuten.html](http://www.optipage.de/gesundheit_tiere_therapeuten.html) (besucht am 23.04.2013)



Abb. 2: Quelle: <http://www.wissen.de/haustiere-was-muss-ich-wissen>  
(besucht am 29.05.2013)

## 7. Anhang

### 7.1 Die Befragungen der Haustierbesitzer

#### Ein Interview mit Seung-Ah Holland

**1. Seung-Ah, du bist die Hundesitterin, der Irish-Terrier-Dame „Piper“.**

**Wie kamst du zu dieser Aufgabe?**

Ich komme ursprünglich aus Korea. Hier in Nidwalden ist es für mich schwierig eine Arbeit zu finden. Zufällig bin ich Helen mit ihrem Hund Piper begegnet. Mit Piper verstand ich mich sofort gut. Eines Tages fragte mich Helen, ob ich ein- bis zweimal pro Woche aufpassen würde. Ich liess mich nicht zweimal bitten.

**2. Hattest du bereits Erfahrung mit anderen Hunden?**

Oh ja! Ich bin mit Hunden gross geworden. Meine Familie in Korea besass immer einen Hund. Unser erster Hund, Doldory, starb als ich 15 Jahre alt war. Wir hatten ihn viele Jahre gehabt und er war ein richtiges Familienmitglied geworden. Wir trauerten alle sehr um ihn. Mein Vater sagte, er wolle nie wieder so einen Verlust erleben und deshalb keinen zweiten Hund mehr anschaffen. Doch eines Tages musste meine Mutter überraschend assistieren, als eine Hündin eine schwere Geburt hatte. Die Hundemutter hatte keine Kraft mehr, das letzte ihrer Jungen herauszupressen. Der herbeigeeilte Tierarzt konnte es heraus holen, riss ihm dabei aber eine Pfote ab. Es war ein winziges, schwaches, verletztes Hundebaby und der Tierarzt behauptete es würde sterben. Meine Mutter hatte Mitleid und brachte es mit zu uns nach Hause. Sie päppelte es mit viel Liebe wieder auf und Bidany, das heisst „die Seidenen“, wurde zu einer wunderschönen, intelligenten und schnellen Hündin. Sie lebte 16 Jahre.

**3. Wie ist dein Tagesablauf, wenn Piper bei dir ist?**

Ich hole sie gegen neun Uhr morgens ab und bringe ihren Fressnapf in unsere Wohnung. Morgens ist Piper sehr lebhaft. Wir machen einen grossen Spaziergang, meist eineinhalb Stunden. Manchmal laufen wir sogar zum Flugfeld Buochs. Wenn wir zurück sind, wasche ich ihre Füsse. Danach „teilen wir uns“ einen Apfel. Sie hat ein gutes Leben.

Wenn ich in der Küche arbeite, sitzt sie da und schaut zu. Wenn ich die Betten mache, sitzt sie in der Tür.

Am Nachmittag machen wir den „afternoon walk“. Anschliessend bekommt sie ihre Hauptmahlzeit. Tagsüber gibt es nur ein paar Snacks, z.B. Hund-Biskuit.

Um 18 Uhr 30 kommen Helen und Roland sie abholen. Piper freut sich dann zwar, dass sie wieder nach Hause gehen darf, andererseits ist sie ganz zerrissen und möchte doch lieber bei uns bleiben. Das kommt daher, dass die Vorfahren des Hundes im Rudel

lebten. Ich glaube, das wünscht sich Piper auch. Am liebsten würden sie mit Helen, Roland, Nick und mir zusammen leben, also im Rudel.

#### **4. Wie geht es dir mit Piper? Wie beeinflusst sie dein Wohlbefinden?**

Wenn Piper in meiner Nähe ist, bin ich immer gut gelaunt. Sie bringt mich jedes Mal zum Lachen. Piper ist eine gute Freundin, die mich spüren lässt, dass sie mich bedingungslos mag. Sie ist fast wie unser Kind oder unser Baby. Ich habe schon „Millionen“ Fotos von ihr gemacht. Mein Mann, Nick, spricht ständig von Piper. Sie macht ihm grosse Freude und sucht seine Nähe. Wenn er Fernsehen schaut, legt sie ihre Pfote zu ihm. Wenn er duscht, legt sie sich vor die Dusche und wartet. Nick geniesst diese Aufmerksamkeit. Piper erheitert ihn sehr.

Wenn Piper bei uns übernachtet, schläft sie auf ihrem eigenen Kissen im Hundebett. Das Kissen für sie habe ich selbst genäht. Ausserdem ein Handtuch, einen Regenmantel und einen Wintermantel.

Ein Hund ist ein wunderbares Tier, doch er ist kein Spielzeug! Hunde brauchen Zuwendung und viel Bewegung. Wenn ein Hund nicht genügend Bewegung, bzw. keine Aufgabe hat, benimmt er sich „verrückt“. Dann zerkratzt er Wände und Möbel oder er „kläfft“ zu viel. Man muss sich also vor der Anschaffung eines Hundes sehr genau informieren.

#### **5. Hat Piper deine sozialen Kontakte erweitert? Hast du durch sie neue Leute kennengelernt?**

Ja sehr. Durch sie bin ich neuen Menschen begegnet. Z. B. auf der Strasse, wenn ich mit Piper spazieren ging. Ein gutes Beispiel ist meine Freundin Janette. Als sie nach Beckenried zog, sprach sie kein gutes Deutsch und hatte nicht viele Kontakte. Doch das änderte sich, als sie sich einen Hund zulegte. Plötzlich kannte Janette jeder. Sie ging mit dem Hund spazieren, traf dadurch neue Menschen, die sie auf den Hund ansprachen. Janette erzählte mir, und auf einmal habe sie neue Freunde gehabt.

#### **6. Was ist speziell an Piper?**

Piper ist speziell. Sie ist so ruhig, hübsch und nett. Vor allem ist sie sehr zutraulich. Es gibt Hunde, die haben vor allem, ausser ihren Besitzern angst. Piper dagegen geht auf einen zu und schnüffelt überall rum. Übrigens ist sie gut erzogen. Sie folgt eigentlich immer.

#### **7. Was waren deine schönsten Erfahrungen mit Piper?**

Beispielsweise als ich mit ihr unten am See war. Da habe ich sie beim Rumschnüffeln gefilmt. Plötzlich hat ein Frosch gequakt und Piper ist total erschrocken und hat wie wild um sich geschaut, was das jetzt gewesen sein könnte. Ich musste ziemlich lachen.

Besonders schön ist es, wenn sie Nick die ganze Zeit hinter her läuft und seine Aufmerksamkeit fordert. Piper liebt Nick wirklich.

Aber eigentlich gibt es kein schönstes Erlebnis. Jeder Tag mit ihr ist wunderbar, lustig und abwechslungsreich aufs Neue.

## Ein Interview mit Ulrike Trachte

- 1. Du und deine Familie, ihr besitzt jede Menge Haustiere. Zwei Katzen, drei Schildkröten, Fische und manchmal sind auch Molche und Kröten bei euch zu Hause.**

### **Wieso haltet ihr so viele Haustiere?**

Das hat sich so ergeben. Wir hatten nicht geplant viele Haustiere zu haben. Das erste Haustier war unser Kater Reubi. Er ist hier in diesem Quartier geboren und war sehr oft bei uns. Meine Kinder, Anja und Carolin, haben ihn schon gestreichelt als er noch ein ganz kleines Katzenbaby war. Als die Besitzer von Reubi vorhatten wegzuziehen, wollten sie ihre Katze abgeben und so kam es, dass Reubi zu uns gekommen ist.

Die Fische sind anschliessend dazu gekommen, weil sich Anja ein Aquarium zu Weihnachten gewünscht hat. Später kamen drei Schildkröten und letzten Herbst noch eine zweite Katze, Raudi.

- 2. Hattest du vor euren jetzigen schon Erfahrung mit Haustieren?**

Ja, ich hatte jede Menge Erfahrungen mit Haustieren. Mein Vater war sehr tierlieb und wir hatten sehr viele Tiere. Er besass nacheinander mindestens drei, vier Hunde und hatte einen ganzen Keller voller Aquarien. Zehn Piranhas lebten sogar eine Zeitlang dort. Die hatte er, glaube ich, vom Zoo erhalten. Wir hatten Meerschweinchen, Hasen, Tanzmäuse. Ich hatte selbst auch schon mal zwei Schildkröten. Die beiden hiessen Cesar und Kleopatra. Wir hatten einen Graupapagei, namens Coco. Meine Familie besass wirklich sehr viele Tiere und ich bin der Meinung, dass das der Grund war, wieso ich für unsere jetzigen Haustiere zu gestimmt habe.

- 3. Ist dir schon mal aufgefallen, ob die Haustiere eine besondere Auswirkung auf dein Leben oder das von deinen Kindern, Anja und Carolin, haben?**

Für mich ist es ehrlich gesagt mehr Arbeit, weil die Hauptverantwortung definitiv bei mir ist. Die Kinder versorgen die Tiere auch, aber das Konstante liegt bei mir. Trotzdem habe ich unsere Tiere sehr gerne und mir war ja im Klaren, bevor wir uns die Haustiere zugelegt haben, dass diese Zeit beanspruchen werden. Ich finde es auch ganz süß. Zum Beispiel der Raudi schläft bei mir neben dem Bett. Wenn ich morgens wach werde, wird er auch wach, kommt ans Bett hoch und lässt sich streicheln und schnurrt dabei. Das ist eigentlich ein ganz schöner Start in den Tag.

Als Auswirkung auf die Kinder habe ich schon festgestellt, wenn die Carolin Trost braucht, dann hat sie gerne eine Katze auf dem Schoss.

- 4. Was für eine Wirkung haben die Haustiere auf deine Gefühle?**

Das habe ich ehrlich gesagt noch nicht so richtig beobachtet. Die Szene mit dem Raudi morgens, finde ich sehr süß. Für Carolin ist es eindeutig beruhigend, wenn sie die Katzen streichelt und mit einer Katze im Zimmer, kann sie sich besser auf die Hausaufgaben

konzentrieren. Ich finde es auch sehr schön eine Katze zu streicheln. Das Fell ist so weich und warm und es fühlt sich so kuschelig an. Wenn die Katze schnurrt vermittelt das ein gutes Gefühl. Auch bei den Schildkröten, habe ich Freude zu beobachten, wenn man ihnen Futter rein gibt und sie kommen dann angestiefelt und beißen herzhaft in den Löwenzahn. Ich finde das einfach schön, diese einfachen Bedürfnisse der Tiere zu beobachten.

**5. Wenn du einmal gestresst oder nervös bist, beruhigst du dich dann beim Streicheln eurer Katzen?**

Bei Stress oder Nervosität finde ich es entspannend die Tiere zu versorgen. Das ist eine einfache Verrichtung und man hat es mit Lebewesen zu tun. Wenn man ein bisschen gestresst ist und die Tiere versorgt oder mit ihnen spielt, kann das schon auch beruhigend wirken.

**6. Haben euch die Katzen in traurigen Situationen schon getröstet?**

Es ist immer schön eine Katze um sich zu haben, ob die Situation traurig ist oder nicht. Gerade bei Carolin merke ich, dass Reubi oder Raudi auf ihrem Schoss beruhigend auf sie wirkt. Sie kann beim Streicheln einer Katze gut entspannen und sich mit einer Katze im Zimmer bei den Hausaufgaben besser konzentrieren.

**7. Sind die Tiere in gewisser Weise ein Gesprächspartner für euch? Erzählen Carolin und Anja ihnen gerne Geschehnisse aus dem Alltag?**

Ich persönlich mache das nicht. Aber Carolin erzählt den Katzen manchmal von ihren Hausaufgaben oder berichtet ihnen von anderen Erlebnissen.

**8. Inwiefern haben die Haustiere deine sozialen Kontakte erweitert? Sind sie oft ein Gesprächsthema wenn du dich mit anderen Menschen unterhältst?**

Nein, bei mir sind sie kaum Gesprächsthema. Dagegen reden Carolin und Anja, besonders Carolin, zusammen mit ihren Freundinnen oft über die Haustiere.

Wenn dann unterhalte ich mich mit anderen Katzenbesitzern und man tauscht so ein bisschen seine Erfahrungen mit den Tieren untereinander aus. Einmal hat eine Katze sogar zu Streit gesorgt. Da sind Leute auch unterschiedlich, was Haustiere betrifft.

**9. Was war dein schönstes Erlebnis mit euren Haustieren?**

Ich hatte zwei schönste Erlebnisse mit unseren Haustieren. Eines davon war mit unserer Schildkröte Bella. Im letzten Jahr, als die Schildkröten noch ganz klein waren, hatten wir sie draussen auf der Terrasse in einem Freigehege. Jedenfalls muss irgendwas passiert

sein, denn das Gehege war plötzlich offen und eine Schildkröte, die Bella, ist abgehauen. Ganz viele Kinder aus dem Quartier haben uns geholfen Bella zu suchen. Wir haben eigentlich relativ lange gesucht und es herrschte eine ziemliche Aufregung. Nach einer Weile wurde sie zum Glück in Nachbarsgarten gefunden und es war einfach schön Bella wieder zu haben.

Ein anderes schönes Erlebnis war mit unseren Katzen Reubi und Raudi. Im Frühling, als Sperrmüll war, sind Carolin und ich eine Runde laufen gegangen. Nur hier in der Nähe, vielleicht 20 Minuten. Jedenfalls waren die beiden Katzen immer um uns herum. Mal weiter vorne, mal weiter hinten, aber die ganze Zeit sind sie mit uns mit gelaufen. Und wenn Raudi an einem Sperrmüllhaufen stehen geblieben ist, hat Reubi sofort langsamer gemacht und sich ständig umgedreht, zum Beobachten, ob Raudi auch nachkommt. Später sind sie wieder voraus gesprungen und haben uns tatsächlich den ganzen Weg, bis wir wieder zu Hause waren, begleitet. Das war richtig schön.



Abb. 3: Carolin mit ihrer Katze Reubi

## Ein Interview mit Svenja Aschwanden

- 1. Svenja, du besitzt einen Kater namens Tom. Wie lange gehört er dir schon und wie wurde er dein Haustier?**

Ich glaube, dass er seit 2007 bei mir lebt, bin mir aber nicht mehr ganz sicher. Früher hat er meiner Nachbarin gehört, aber er ist immer zu uns gekommen. Eines Nachmittags klingelte ich dann bei den Nachbarn und habe gefragt, ob ich Tom haben dürfe. Diese haben ja gesagt und so wurde er mein Haustier.

- 2. Was für eine Wirkung hat Tom auf deine Gefühle? Wie fühlst du dich wenn er bei dir ist?**

Manchmal nervt er, wenn er zu anhänglich ist und gestreichelt werden will, ich aber keine Lust oder Zeit habe. Meistens jedoch habe ich ihn gerne um mich herum, besonders wenn ich schlecht gelaunt bin. Dann ist er wie eine Ablenkung für mich.

- 3. Wenn du nach einem gestressten Tag Tom streichelst, beruhigt das dich?**

Ja, es beruhigt. Gerade, wie vorhin schon gesagt, wenn ich schlecht gelaunt bin und eine Ablenkung brauche, beschäftige ich mich sehr gerne mit ihm.

- 4. Hat Tom dich in traurigen Momenten schon getröstet und aufgeheitert? Wenn ja, was hat er gemacht, dass es dir wieder besser ging?**

Ja, hat er. Mit ihm ist man in traurigen Situationen nicht alleine und seine Anwesenheit wirkt beruhigend auf mich. Wenn er sich an mich ran kuschelt geht es mir nachher meistens besser und es ist einfach schön zu wissen, dass man nicht ganz alleine ist.

- 5. Spürt es Tom, wenn du traurig bist? Wenn ja, wie merkst du es?**

Ja, manchmal spürt er es wirklich. Er kommt dann von selbst zu mir und kuschelt sich an mich.

- 6. Erzählst du Tom deine Sorgen oder berichtest du ihm Geschehnisse aus deinem Alltag? Wenn ja, kannst du diese ihm besser erzählen als anderen Menschen? Wieso?**

Nein, mache ich nicht. Das ist nichts für mich. Ich erzähle meine Sorgen lieber Personen, die mir Nahe stehen. Ihnen kann ich solche Dinge besser erzählen, als mit meiner Katze.

**7. Hast du durch deinen Kater neue Leute kennengelernt? In wie fern war er daran beteiligt? Ist er häufig ein Gesprächsthema?**

Nein, überhaupt nicht. Wieso auch? Ein Gesprächsthema ist er eigentlich auch kaum. Wenn ich mit anderen Menschen rede, erzähle ich selten von meiner Katze. Da gibt es andere Dinge zu bereden.

**8. Könntest du dir ein Leben ohne Tom vorstellen? Was ist besonders an ihm?**

Er ist keine wilde Katze, sondern sehr zahm und zutraulich. Tom beißt oder kratzt eigentlich nie und man kann fast alles mit ihm machen. Wenn Tom nicht mehr da wäre, wäre das natürlich sehr traurig. Ich würde ihn vermissen. Aber irgendwann muss jeder gehen. Deswegen sollte man nicht verzweifeln.

## Ein Interview mit Eliane Keiser

- 1. Seit einigen Jahren kümmerst du dich in deiner Freizeit um zwei Esel, Angelina und Dino.**

**Wie lange sorgst du schon für die beiden?**

Seit drei Jahren Sorge ich schon für Angelina und Dino. Im Sommer werden es vier Jahre.

- 2. Wie bist du auf die Esel gekommen?**

Mein Vater und der Besitzer der Esel kennen sich schon länger. Irgendwann hat mein Vater ihn gefragt, ob ich nicht ab und zu für die Esel sorgen dürfe. Der Besitzer hat ja gesagt und so hat alles angefangen.

- 3. Wie geht es dir gefühlsmässig, wenn du bei den Eseln bist?**

Eigentlich geht es mir immer gut. Mir macht es riesigen Spass mich mit den Tieren zu beschäftigen und sie zu versorgen. Trotzdem gibt es auch Tage, da habe ich keine Lust und dann macht es auch keinen Spass. Aber meistens ist es echt cool.

- 4. Wenn du genervt bist und die Esel besuchst, wie geht es dir hinterher?**

Danach fühle ich mich wieder besser, ausser wenn mich die Esel auch noch nerven. Das Arbeiten mit den Tieren beruhigt und man kommt auf andere Gedanken. Z.B. muss man nicht die ganze Zeit an die Schule und die vielen Hausaufgaben denken. Folgen die Esel an diesem Tag aber nicht und tun nur blöd, dann werde ich auch nicht ruhiger, sondern rege mich nur noch mehr auf.

- 5. Gab es auch Fälle, da hat dir die Arbeit mit den Tieren keine Freude bereitet?**

Ja, wenn ich wirklich schlecht gelaunt oder genervt bin und die Esel dann nicht folgen, bin ich nachher noch mieser drauf. Dino teste einen gerade in solchen Momenten immer so aus und versucht herauszufinden, wie weit er gehen darf.

Aber sonst macht mir das Beschäftigen mit den Tieren immer grossen Spass, ausser wenn es regnet. ☺

- 6. Hast du mit den Eseln neue Leute kennengelernt? Wenn ja, was haben die Esel dabei für eine Rolle gespielt?**

Wenn wir mit den Eseln spazieren gehe, treffen wir oft Leute an, die uns auf die Tiere ansprechen oder sich streicheln wollen. Diese fragen oft, wie alt dass die Esel seien, woher wir kämen oder ob die Esel folgen würden.

Wirklich neue Freunde habe ich mit den Eseln nicht kennen gelernt.

## 7. Was war dein schönstes Erlebnis mit Angelina und Dino?

Da gibt es viele schöne Erlebnisse mit ihnen. Eines war, als wir noch auf Angelina und Dino reiten konnten. Jetzt sind sie leider zu alt dafür. Jedenfalls konnten wir damals auf ihnen galoppieren und das war echt cool.

Ein anderes tolles Erlebnis war, im Sommer mit den Eseln zum „Rütenenbeizli“ zu laufen, um dort zu baden und zu essen.

Eine einmalige Erfahrung war es mit ihnen in den Kernwald zu gehen. Das war richtig Aufregend und es hat grossen Spass gemacht. Damals konnten wir noch auf ihnen reiten und so war der Kernwald ideal für die Esel.



Abb. 4: Dino und Angelina

## 7.2 Ein Interview mit Frau Dr. Otterstedt

1. **Frau Otterstedt, Sie sind Verhaltensforscherin und haben die Stiftung „Bündnis Mensch & Tier“ aufgebaut, die sich für eine nachhaltige Entwicklung der Mensch-Tier-Beziehung in der Gesellschaft engagiert.**

**Wie kam es dazu, dass Sie sich für das Thema interessiert und darüber geforscht haben?**

Ich habe mich immer schon für das Verhalten von Menschen und Tieren interessiert und seit meiner Schulzeit sowie im Studium dazu geforscht. Anfang der 90er Jahre begannen wir in Deutschland verstärkt Heimtiere auch im sozialen Bereich einzusetzen: z.B. Hundebesuchsdienst im Altenheim. Ich habe mich in den deutschsprachigen Ländern sehr für die Weiterentwicklung der tiergestützten Arbeit eingesetzt: als Referentin und als Buchautorin. Neue Erkenntnisse kann man aber erst wirklich weitergeben, wenn man auch zu diesem Themen forscht. Eine Reihe von Studien habe ich selber realisiert. Seit 2007 aber ist meine Hauptaufgabe Wissenschaftler aus der Schweiz, aus Österreich und Deutschland dazu zu motivieren in diesem Themenfeld zu forschen. Die Förderung der Erforschung der Mensch-Tier-Beziehung ist eine von mehreren Aufgaben der Stiftung Bündnis Mensch & Tier.

2. **Leben bei Ihnen zu Hause auch Tiere und wenn ja, welche?**

Ja, ich lebe mit Tieren zusammen. Es sind ganz besondere Tiere, die sich jeden Tag aufs Neue entscheiden mit mir in Kontakt zu treten. Manchen von ihnen sind das gesamte Jahr um mich herum, andere bevorzugen die Wintermonate und wieder andere leben mit mir sogar unter einem Dach: es sind Meisen, Rotkehlchen, Waldmäuse, Schnecken, Spinnen und Weberknechte. Mit den Waldmäusen habe ich in den Wintermonaten morgens und abends eine Zeit, wo ich Tee auf der Terrasse trinke und sie ein paar Sonnenblumen- oder Erdnusskerne aus der Hand nehmen. Im Sommer besuche ich sie im nahen Wald, wo sie unter dem Laub hervorschauen.

Heim- oder Nutztiere, die in menschlicher Obhut leben, treffe ich fast täglich in meiner Arbeit, die mich immer wieder auf Bauernhöfe führt oder zu Menschen, die ein Heimtier zuhause haben. Das sind schöne und interessante Begegnungen, weil jedes Tier-Individuum sehr unterschiedlich ist und die Partnerschaften zwischen Mensch und Tier manchmal sehr spannend sind. Ich kann sehr viel von der Begegnung mit Tieren lernen, weil die Tiere mir ihren Blick auf ihren Lebensraum vermitteln. Wenn ein Tier nicht glücklich ist, dann schaue ich mich in seinem Zuhause um und versuche seine Perspektive einzunehmen: „Was sieht das Tier?“ „Wie nimmt es mit seinen Sinnen seinen Lebensraum wahr?“ „Was könnte das Tier in seiner Ruhe stören?“ „Hat das Tier vielleicht Langeweile? Ist es einsam?“

### **3. Inwiefern wirkt sich ein Haustier positiv auf die Gesundheit seines Besitzers aus?**

Tiere können sich nur positiv auf die menschliche Gesundheit auswirken, wenn sie ihrer Art gemäß gehalten werden und man tiergerecht mit ihnen umgeht. Also z.B. ein einzelnes Kaninchen halten geht gar nicht. Kaninchen sind Gruppentiere und brauchen mehrere Artgenossen. Wenn wir also Kaninchen halten wollen, dann nur draußen in einem Freigehege und mit mehreren Artgenossen. Dann ist es für uns sehr entspannend vor dem Gehege zu sitzen, zu liegen und das Sozialleben der Kaninchen zu beobachten. Die Tiere bauen Vertrauen zu uns auf, wenn wir sie gut und immer verlässlich versorgen und pflegen. Das gibt uns selber auch eine gute Tagesstruktur und eine sinnvolle Aufgabe im Leben. Ein regelmäßiger Tagesablauf hilft vielen Menschen innerlich zur Ruhe zu kommen und sich zu organisieren. Das ist eine wichtige Basis für eine gute Gesundheit. Wenn ich mit Tieren einen guten Kontakt pflege, ihre Bedürfnisse kenne und entsprechend mit ihnen rede und mit ihnen achtsam Kontakt aufnehme, dann entsteht Vertrauen zwischen Mensch und Tier. Je regelmäßiger und behutsamer ich diesen Kontakt pflege umso besser kann eine Beziehung entstehen. Der Mensch sieht an dem Verhalten der Tiere, wann es ihnen gut oder auch mal nicht so gut geht. Er sorgt für die Tiere und diese Fürsorge tut Menschen sehr gut. Und wenn das Vertrauen zueinander besteht, dann kommen auch die Tiere auf den Menschen zu, nehmen Kaninchen-typisch Kontakt auf. Wir Menschen lieben den Körperkontakt, denn wir sind wie Kaninchen auch Gruppentiere. Also genießen sowohl Kaninchen wie auch Menschen den Kontakt, wie Anstupfen, Streicheln und Kuschneln, vor allem dann, wenn das Bedürfnis des anderen immer beachtet wird. Dazu gehört auch: Erst Körperkontakt, wenn das Tier aus freien Stücken zum Menschen gekommen ist. Und kein Tier wird festgehalten, wenn es unruhig wird.

Eine tiefe vertrauensvolle Beziehung zu einem Tier hilft uns Menschen unsere Bedürfnisse nach Zuneigung, Fürsorge geben und nach Körperkontakt zu pflegen. Der Kontakt zum Tier darf aber nie ein Ersatz für Menschen-Kontakt sein. Ein Tier ist immer ein Tier und hat ganz andere Bedürfnisse als Menschen. Das ist wichtig zu beachten.

### **4. Sind Menschen mit Haustieren weniger krank als andere?**

Nein das nicht unbedingt. Aber sie versuchen in der Regel schneller wieder gesund zu werden, damit sie ihre Tiere wieder selber versorgen können und mit den Tieren wieder etwas gemeinsam unternehmen zu können.

**5. Es gibt viele Studien, die besagen dass Menschen sich beim Streicheln eines Haustieres beruhigen. Warum ist das so?**

Säugetiere, zu denen eben auch Menschen gehören, sind auf den Gruppenkontakt mit Artgenossen angewiesen. Über körpersprachliche Zeichen zeigen wir anderen, ob wir sie mögen: z.B. Mimik, Körperhaltung, Gesten (wie z.B. Umarmung, Berührung der Schulter, des Armes). Im Sozialverband lebende Tiere (wie eben der Mensch) brauchen diese körpersprachlichen Signale um sicher zu sein, dass sie in der Gruppe willkommen und akzeptiert sind. Diese Zeichen meinen: Du bist sicher in der Gruppe, du gehörst dazu, du hast unseren Schutz. Das Streicheln und gegenseitige Kraulen ist eine ganz typische Geste des sogenannten grooming-talks, welche man bei allen sozial lebenden Tieren beobachten kann. Artübergreifend funktioniert diese Geste auch, v.a. wenn man weiß, an welchen Stellen der andere es gewohnt ist diese Sozial-Geste auszutauschen. Bei fast allen sozial lebenden Tieren ist die Stelle zwischen den Schulterblättern eine besonders bevorzugte Körperstelle, wo gerne das Streicheln und Kraulen akzeptiert wird, u.a. auch weil man an dieser Stelle sich selber so schlecht kraulen kann. So hat das soziale Kraulen gleich auch noch den Nutzen der Körperreinigung und wird in der Regel mit wohligen Lauten quittiert.

Das Streicheln kann aber nur dann entspannend wirken, wenn zuvor ein Vertrauensverhältnis aufgebaut wird. Es ist wichtig und gut, dass z.B. Kinder deutlich sagen, wenn sie nicht von einem fremden Menschen gestreichelt werden wollen. Das sollten wirklich nur Menschen des Vertrauens erlaubt werden. Sonst wird die Berührung übergriffig und hat gar nichts Entspannendes mehr. So ist es auch wichtig, dass die Mensch-Tier-Beziehung auf gegenseitiges Kennenlernen und Vertrauen aufgebaut ist. Ist das Tier angespannt, weil es noch kein Vertrauen zum Menschen hat, dann wird auch der Mensch, der das Tier streichelt keinerlei Freude und Entspannung an diesem Kontakt haben. Dann ist der Mensch übergriffig und hat zuvor immer noch nicht gelernt die Sprache des Tieres zu verstehen und die Zeichen von Angst und Ablehnung zu respektieren. Gegenseitige Entspannung gelingt erst mit Achtsamkeit und Vertrauen. Dann werden durch die Berührung eines anderen Lebewesens wichtige Impulse an das menschliche Gehirn gesendet, das u.a. Hormone wie Endorphin und Oxytocin ausschüttet, welches uns ein Gefühl von Glück, Zufriedenheit und Wohlbefinden erfahren lässt.

**6. Wenn Haustiere ihre Besitzer beruhigen, kommt es dann in einer Familie mit Haustieren weniger zu Streitereien als in anderen?**

Nein so einfach ist das leider nicht. Für das Verhalten der Menschen gibt es keinen tierlichen Katalysator. Haben Menschen Streit so leiden ganz besonders Kinder und Tiere, die in einem Abhängigkeitsverhältnis zu den Erwachsenen stehen. Es ist schrecklich, wenn Tiere permanenten Stress von Menschen aushalten müssen. Wir sehen jedoch recht oft, dass Familien, die nicht eine gute Kommunikationskultur haben

und sich viel streiten sowie viel Stress erleben, sich Tiere anschaffen in der Hoffnung, dass man dann „etwas Liebes für sich selber“ besitzt. Manchmal entscheiden sich Erwachsene auch in Krisensituationen für ein weiteres Baby, in der Hoffnung, dass das „gemeinsame Projekt“ die Partnerschaft verbessern hilft. Und natürlich kann statt Baby es heute manchmal auch ein kleiner Hund oder ein anderes Tier sein. Das ist wirklich traurig, wenn die Entscheidung für ein Tier diesen Grund hat. Denn Tiere sind eben kein „Stress-Knautschball“, kein Objekt, welches ich als Mensch „benutze“, es sind Persönlichkeiten mit eigenen Bedürfnissen, die sehr unter emotionalen Schwankungen und Stress der Tierhalter leiden.

#### **7. Spürt es ein Heimtier, wenn es seinem Besitzer schlecht geht?**

Wenn die Beziehung zwischen Mensch und Tier vertrauensvoll und gut ist, dann ja. Denn das Tier liest die Körpersprache des Menschen. Und das Tier macht sich auch Sorgen, ob der Mensch, von dessen Versorgung das Tier abhängig ist, weiterhin fit genug ist, die Futterdose zu öffnen.

#### **8. Welche Auswirkungen haben Heimtiere gerade auf Kinder?**

Wenn die Haltung des Tieres artgemäss ist und das Kind eine stetig gute Beziehung zu dem Tier besitzt, dann profitieren Tier wie Kind von dieser Beziehung. Traurig ist es, wenn das Tier nur als ein Spielzeug angesehen wird, welches schnell langweilig wird und dann nicht mehr beachtet wird. Wenn das Tier ein Mitglied der Familie ist, so wie der Bruder, wie die Schwester, dann ist es eine wunderbare Bereicherung für die ganze Familie.

#### **9. Was war Ihr schönstes Erlebnis mit einem Tier in Bezug auf das Thema?**

Es gibt nicht das schönste Erlebnis mit Tieren für mich, weil jede Begegnung so einzigartig ist: Immer ist es eine sehr spannende Begegnung mit einem einzigartigen Individuum, einer Persönlichkeit. Mich beeindruckten jene Tiere, von denen ich lernen kann: z.B. hatte ich das Glück einmal hinter den großen Ohren eines Elefanten in einem Dschungel zu reiten. Dieser Elefant hätte jederzeit seinen eigenen Weg gehen können, aber er hat einfach gewartet, bis ich ihm ein Signal gegeben habe, das wir jetzt weitergehen. Er hat mir gezeigt, dass ich trotz seiner Größe, seiner Stärke ihm vertrauen kann und er mich sicher durch den Dschungel tragen wird. Dieses Vertrauen ist keine Kopfsache. Es kann nur dann entstehen, wenn wir als Menschen dem Tier bereits vorher mit viel Respekt und Interesse gegenübertraten, es begrüßen und ihm zeige, dass wir uns auf seine Talente und seine Ausdrucksweisen einlassen möchten. Dann kann Begegnung, Dialog und Beziehung gelingen.

### 7.3 Zahlen und Fakten des Experiments

<b>Fabio Baumann</b>	
<b>Text vortragen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	99/min
22.05.13	100/min
23.05.13	110/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>103/min</b>
<b>Verhalten:</b> Ist eher nervös und aufgeregt. Kann nicht still stehen.	

<b>Fabio Baumann</b>	
<b>Still sitzen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	94/min
22.05.13	84/min
23.05.13	81/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>86/min</b>
<b>Verhalten:</b> Sitzt einfach da, ohne auffällige Verhaltensweise.	

<b>Fabio Baumann</b>	
<b>Wettrennen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	110/min
22.05.13	135/min
23.05.13	143/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>129/min</b>
<b>Verhalten:</b> War nach dem Rennen ziemlich aus der Puste und hat schnell und laut geatmet.	

<b>Fabio Baumann</b>	
<b>Haustier streicheln</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	73/min
22.05.13	67/min
23.05.13	87/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>76/min</b>
<b>Verhalten:</b> Beim Streicheln und Beobachten seines Hamsters ist er ganz ruhig und spricht liebevoll mit dem Tier.	

<b>Carolin Braun</b>	
<b>Text vortragen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	105/min
22.05.13	109/min
23.05.13	106/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>107/min</b>
<b>Verhalten:</b> Carolin muss oft lachen, man merkt, dass sie aufgeregt ist, sie fühlt sich unsicher und hat Angst, dass sie etwas falsch macht.	

<b>Carolin Braun</b>	
<b>Still sitzen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	100/min
22.05.13	85/min
23.05.13	74/min
<b>Durchschnitt:</b>	<b>86/min</b>
<b>Verhalten</b> Sie sitzt einfach da, ohne auffällige Verhaltensweise.	

<b>Carolin Braun</b>	
<b>Wettrennen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	130/min
22.05.13	128/min
23.05.13	131/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>130/min</b>
<b>Verhalten:</b> Carolin muss während dem Rennen die ganze Zeit lachen und war danach ziemlich ausser Atem.	

<b>Carolin Braun</b>	
<b>Haustier streicheln</b>	
<b>Datum:</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	78/min
22.05.13	85/min
23.05.13	77/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>80/min</b>
<b>Verhalten:</b> Wird beim Streichel der Katze oder Schildkröte ruhiger und redet mit den Tieren liebevoll.	

<b>Claudia Baumann</b>	
<b>Text vortragen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	98/min
22.05.13	95/min
23.05.13	88/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>94/min</b>
<b>Verhalten:</b> Sie ist überhaupt nicht nervös und tritt sicher auf.	

<b>Claudia Baumann</b>	
<b>Still sitzen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	85/min
22.05.13	83/min
23.05.13	81/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>83/min</b>
<b>Verhalten:</b> Sie sitzt einfach da, ohne auffällige Verhaltensweise	

<b>Claudia Baumann</b>	
<b>Wettrennen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	128/min
22.05.13	131/min
23.05.13	126/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>128/min</b>
<b>Verhalten:</b> Ist nach dem Rennen etwas ausser Atem.	

<b>Claudia Baumann</b>	
<b>Haustier streicheln</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	77/min
22.05.13	78/min
23.05.13	84/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>80/min</b>
<b>Verhalten:</b> Ihr macht es grossen Spass sich mit dem Hamster zu beschäftigen. Ihre Tonlage ist freundlicher.	

<b>Alicia Baumann</b>	
<b>Text vortragen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	104/min
22.05.13	107/min
23.05.13	88/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>100/min</b>
<b>Verhalten:</b> Ist etwas unsicher und nervös. Verspricht sich manchmal.	

<b>Alicia Baumann</b>	
<b>Still sitzen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	74/min
22.05.13	82/min
23.05.13	76/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>77/min</b>
<b>Verhalten:</b> Sitz einfach da, ohne auffällige Verhaltensweise	

<b>Alicia Baumann</b>	
<b>Wettrennen</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	128/min
22.05.13	1138/min
23.05.13	143/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>136/min</b>
<b>Verhalten:</b> Atmet nach dem Rennen schnell und laut.	

<b>Alicia Baumann</b>	
<b>Haustier streicheln</b>	
<b>Datum</b>	<b>Puls</b>
21.05.13	65/min
22.05.13	70/min
23.05.13	76/min
<b>Durchschnitt</b>	<b>70/min</b>
<b>Verhalten:</b> Beruhigt sich beim Streicheln der Katze und wird beim Beobachten des Hamsters ziemlich müde.	

<b>Durchschnitt</b>	
<b>Aktivität</b>	<b>Puls</b>
<b>Text vortragen:</b>	<b>101/min</b>
<b>Still sitzen:</b>	<b>83/min</b>
<b>Wettrennen:</b>	<b>131/min</b>
<b>Haustier streicheln:</b>	<b>77/min</b>