



© Mircea - See my collections auf Pixabay

Tiere, Menschen und COVID-19

Beziehungen zwischen Menschen und Heimtieren sind schon ohne schwerwiegende Einflüsse von außen vielschichtig, komplex und ständigen Anpassungen unterworfen. Die COVID-19 Pandemie hat dies noch verstärkt, wie die wissenschaftlichen Studien, die dieser Beitrag zusammenfasst, aufzeigen.

CCOVID-19 hatte uns alle in den vergangenen zwei Jahren mehr oder weniger fest im Griff. Obwohl akute Einflüsse derzeit geringer sind, bleibt die Zukunft diesbezüglich offen und auch die Nachwirkungen werden sich erst im Laufe der Zeit zeigen.

Für viele hat sich das Leben in all seinen Facetten während (und teilweise auch noch nach) der Pandemie grundlegend verändert – beruflich, privat, hinsichtlich unserer Tagesgestaltung und sozialen Beziehungen, der finanziellen Mittel und unserer Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung.

Green Care und COVID-19

Auch Green Care Angebote sind davon nicht verschont geblieben. Viele konnten nicht mehr durchgeführt werden oder mussten zumindest stark abgewandelt und angepasst werden. Dies hatte oftmals teils schwerwiegende persönliche (körperliche wie psychische), aber auch wirtschaftliche und finanzielle Auswirkungen auf alle menschlichen wie nicht-menschlichen Beteiligten. So gibt es zum Beispiel Hinweise darauf, dass durch fortlaufende gartentherapeutische Programme während der COVID-19 Pandemie die kognitiven Fähigkeiten von Demenzpatient*innen erhalten blie-

ben, während diese bei Patient*innen, die ihre Programme aufgrund der Pandemie ab- oder unterbrachen, signifikant abnahmen (Koura et al., 2021).

In einer anderen Studie von Rajoo et al. (2021) wurde untersucht, ob negative Auswirkungen eines Lock-Downs, wie das Auftreten von Stress, Ängsten oder Depressionen, auf die mentale Gesundheit junger Menschen durch eigenständig durchgeführte körperliche Übungen in der Natur, bzw. naturtherapeutische Maßnahmen verbessert werden konnten. Naturtherapeutische Maßnahmen inkludierten zum Beispiel Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen, die den jungen Erwachsenen beigebracht wurden, und die sie dann eigenständig durchführen konnten. 15 Proband*innen wurden darin geschult, täglich ein bestimmtes physisches Trainingsprogramm in einem ihnen zugänglichen urbanen grünen Außenraum (wie etwa einem Park, einer Dachterrasse oder einem Garten) zu absolvieren. Weitere 15 erlernten naturtherapeutische Techniken, die sie ebenfalls täglich eine Woche lang draußen durchführten. Ihr Grad an Depression, Angst und Stress wurde vor und nach dieser Woche erhoben. In beiden Gruppen zeigten sich bei der zweiten Messung signifikante Verbesserungen, wobei die individuellen Auswertungen der einzel-

nen Proband*innen ergaben, dass die naturtherapeutischen Aktivitäten erfolgreicher gewesen sind als das körperliche Trainingsprogramm.

Auch aus dem Fachgebiet der tiergestützten Interventionen ist bekannt, dass Tiere Menschen hinsichtlich Stressempfinden und Depressionen vielfältig fördern und unterstützen können. Zum Beispiel hat das wissenschaftliche Team rund um Kristýna Machová 2020 eine Studie veröffentlicht und dabei die methodisch beliebte Stichprobe von Studierenden vor Prüfungssituationen gewählt. Solche Forschungsdesigns mit Studierenden werden gerne herangezogen, da man hier große Stichproben etwa gleichaltriger Menschen in ähnlichen Lern- und Prüfungssituationen gut miteinander vergleichen kann. Die Proband*innen dieser Studie wurden in drei Gruppen eingeteilt: Gruppe 1 begab sich vor ihrer Prüfung 10 Minuten lang in eine positive Interaktion mit einem Hund, Gruppe 2 führte während dieser Zeit eine Entspannungsübung durch und Gruppe 3 formte die Kontrollgruppe ohne spezielle Aktivität. Danach wurden bei allen Proband*innen die subjektiv empfundene Stimmung und ihr Stresslevel gemessen, ebenso wie die (objektive) Herzrate und ihr Blutdruck. Bei den Ergebnissen zeigte sich, dass sich die Studierenden aus Gruppe 1 nach der

10-minütigen Interaktion mit dem Hund signifikant besser und weniger gestresst fühlten, obwohl sich die physiologischen Parameter (Blutdruck und Herzrate) nicht verändert hatten. Die beiden anderen Gruppen zeigten einen signifikant geringeren Blutdruck, aber keine Änderungen in der Herzrate und unterschiedliche Ergebnisse bei den subjektiven Parametern (Stimmung und Stressempfinden). Diese Ergebnisse sind insofern interessant, weil sie einmal mehr aufzeigen, dass das subjektive Wahrnehmen einer Situation und die physiologischen Werte nicht immer übereinstimmen müssen. Auf diesen Punkt wird auch der nachfolgende Beitrag dieser Zeitschrift nochmals näher eingehen.

Heimtierhaltung und COVID-19

Bleibt noch die Frage, wie das im „richtigen Leben“ aussieht, wenn es sich nicht um tiergestützte Programme (TGI) handelt, sondern die Tier-Mensch Beziehungen, die man pflegt, jene zum eigenen Heimtier sind? Heimtiere sind (zumeist) keine ausgebildeten Therapietiere – und die alltägliche Routine anders als jene während einer tiergestützten Intervention. Insofern können Ergebnisse über die positive Wirkung von Tieren während TGI nicht auf privat-familiäre Alltagssituationen übertragen werden, schon gar nicht bei sich ständig ändernden COVID-19 Rahmenbedingungen. Deshalb ist es spannend und wichtig, dass auch hierzu geforscht wird: Keville et al. haben 2022 eine Studie publiziert, in welcher sie sechs Mütter autistischer Kinder nach ihren persönlichen Erfahrungen zum Besitz von Hauskatzen während COVID-19 befragt hatten. In den Gesprächen erzählten die Mütter, dass es

durch die Beziehung und den physischen Kontakt zur Katze zu einer sensorischen Stimulation bei den Kindern gekommen sei, und das Tier auch einen beruhigenden Einfluss habe und eine gute Gesellschaft sei. Kind und Katze hätten eine „spezielle Bindung“ und die Kinder würden viel aus dieser Beziehung lernen. Die Mütter kamen zu dem Schluss, dass eine Hauskatze während COVID-19 die Empathiefähigkeit und das Verantwortungsbewusstsein ihrer Kinder gefördert habe. Sie bezeichneten die Beziehung zwischen Katze und Kind auch als eine wechselseitige – sie sahen also auch Vorteile für die Katze. All dies natürlich nur unter der Bedingung, dass die Menschen der Katze ein fürsorgliches Zuhause bieten können und die Katze ein soziales und ausgeglichenes Gemüt hat. Hauskatzen können eine wichtige Rolle in einem Familienverband spielen, besonders für Eltern, deren Kinder sensorischen Überbelastungen ausgesetzt sind, wenn sie unterwegs sind.

In diesem Zusammenhang soll noch eine letzte Publikation erwähnt werden, erschienen im Jahr 2021 von Ng et al. In dieser Arbeit hat das Forschungsteam viele Pros und Contras zur Heimtierhaltung während COVID-19 zusammengetragen. Etliche Studien, die während der Pandemie entstanden sind, kamen zu dem Schluss, dass Haustiere für viele Besitzer*innen eine vermehrte Anlaufstelle emotionaler Unterstützung darstellten und sie somit Stress, finanzielle Sorgen und andere Ängste und eine verringerte Lebensqualität abfedern konnten. Für viele waren die Tiere ein wichtiger Ausgleich gegen (soziale) Isolation und eine Möglichkeit, zumindest einen Teil der Alltagsroutine aufrecht zu erhalten und ihnen weiterhin einen Sinn in ihrem

Leben zu geben. Auch wurde es zum Beispiel Hundebesitzer*innen erlaubt, ihre Wohnbereiche mit den Hunden zu verlassen. Gleichzeitig berichten sie aber auch von Studien, in denen Probleme beim Besitz von Heimtieren während COVID-19 aufgezeigt wurden. Etwa dann, wenn neue Tiere leichtfertig während der Pandemie angeschafft wurden, diese dann aber nicht zu den (veränderten) familiären Bedingungen passten und insofern dann für mehr Stress und Probleme zuhause sorgten. Oder, wenn sich die Tiere nicht ausreichend darauf einstellen konnten, dass ihre Besitzer*innen nun so viel zuhause waren (aber wegen Home-Office Arbeitszeiten auch nicht immer Zeit für sie hatten) – denn auch für die Tiere änderten sich ja ihr Alltag und ihre Routine oftmals dramatisch. Auch tendieren viele Haustiere dazu, das Verhalten und die Gefühle ihrer Besitzer*innen zu spiegeln – geht es ihnen nicht gut, geht es den Tieren auch nicht gut und so kann eine Negativ-Spirale entstehen.

Mehr Forschung zu den Licht- und Schattenseiten ist nötig

Wir können also davon ausgehen, dass die Pandemie nicht spurlos an uns, unseren Heimtieren, und der Beziehung zu ihnen vorübergegangen ist. Wie genau diese Auswirkungen waren – bzw. sind –, muss erst wissenschaftlich aufgearbeitet werden. Dies ist nicht nur von grundsätzlichem Interesse, sondern hat auch ganz direkte Bezüge in den Alltag hinein – zum Beispiel für Tiere, die vermehrt aus Tierheimen adoptiert wurden, aber auch dort gelandet sind. Oder Heimtierbesitzer*innen und ihre nicht-menschlichen Familienmitglieder, deren Alltag und Beziehungen sich in den letzten zwei Jahren





© Pixels Gustavo Fring

verändert haben, und sich nun nach Abklingen der Pandemie weiter verändern – für viele Tiere, deren Lebensspanne deutlich kürzer ist als für uns Menschen, kann dies einen Großteil ihres gesamten Lebens betreffen.

Insofern ist es wichtig und richtig, dass weiterhin zur Mensch-Heimtierbeziehung während und nach COVID-19 geforscht wird. In den folgenden zwei Beiträgen stellen wir ganz neue wissenschaftliche Erkenntnisse aus Österreich dar. Demnächst wird zudem ein neun-monatiges EU Joint Programme starten, um sich thematisch dem Einfluss von Tieren und Green Care Interventionen auf Menschen mit Demenz während und nach COVID-19 zu widmen. Wir hoffen, auch davon dann in einer späteren Ausgabe der Fachzeitschrift GREEN CARE berichten zu können.

Literaturhinweise

Keville, S., De Vita, S., Lodlow, A.K. (2022). Mothers' Reflections on Cat Ownership for a Child with Autism Spectrum Disorder During COVID-19. *People and Animals: The International*

Journal of Research and Practice 5 (1). <https://docs.lib.purdue.edu/paij/vol5/iss1/8>

Koura, S., et al. (2021). Effectiveness of Hand Care Therapy and Garden Walks That Are Conscious of the Stimulation of the Five Senses for Recovery of Cognitive and Mental and Physical Dysfunction Caused by COVID-19. *Open Journal of Therapy and Rehabilitation* 9, S. 10-27. <https://www.scirp.org/journal/ojtr>

Machová, K., Procházková, R., Vadroňová, M., Součková, M., Prouzová, E. (2020). Effect of Dog Presence on Stress Levels in Students under Psychological Strain: A Pilot Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, S. 2286. doi:10.3390/ijerph17072286

Ng, Z., Griffin, T.C., Braun, L. (2021). The New Status Quo: Enhancing Access to Human–Animal Interactions to Alleviate Social Isolation & Loneliness in the Time of COVID-19. *Animals* 11, 2769. <https://doi.org/10.3390/ani11102769>.

Rajoo, K.S., Karam, D.S., Abdu, A., Rosli, Z., Gerusu, G.J. (2021). Addressing psychosocial issues caused by the COVID-19 lockdown: Can urban greeneries help? *Urban Forestry & Urban Greening* 65. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2021.127340>

Dorit van Meel, Dr.ⁱⁿ

arbeitet an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Wädenswil (Schweiz) und der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien (Österreich). Seit fast 20 Jahren forscht, unterrichtet, betreut und schreibt sie zu verschiedenen Fachgebieten von Green Care. Sie ist Chef-Redakteurin der Zeitschrift GREEN CARE.



© Dorit van Meel