

Dr. Volkmar Ellmauthaler, Wien

Nackte therapeutische Kameraden - eine Neuentdeckung der ganzkörperlichen Therapie.

Seit vielen Jahren kennen wir die wundervolle Wirkung, die etwa sozial lebende Tiere auf uns Menschen haben können, auf Alte und Junge, Kranke und Gesunde. Aus dem Alltag kennen wir die vielfältigen, liebevollen Gefühle, so etwa eine Katze uns gekostet, für gut befunden und irgendwann erlaubt hat, sie Stirn an Stirn zu begrüßen oder hinter den Ohren zu kraulen; wir kennen die oft freudig-heftigen Antworten beim Begrüßen und Spielen mit einem Hund.

In den USA ist die „Delphintherapie“ auf Expansionskurs, in Europa kann die „Hippotherapie“, der therapeutische Umgang mit besonders trainierten Pferden, zunehmend Erfolge verzeichnen: <http://www.hippotherapie.at/> (Hippotherapie - Physiotherapie am Pferd) <http://www.behindscreen.com/oktr/hippotherapie/index.htm> (Kuratorium für therapeutisches Reiten).

Den genannten Therapieformen liegt vor Allem die besondere soziale Kompetenz der eingesetzten Tiere zu Grunde. Sie sollten daher in einer nicht kommerziellen Umgebung als wertvolle Partner um ihre Mithilfe „gebeten“ werden. Der Gedanke an „Dressur“ muss als nicht zeitgemäß abgelegt werden. „Training“ ist für alle Beteiligten gleichermaßen das rechte Wort.

Tiere haben uns Menschen gegenüber einige schlichte aber wertvolle Vorteile:

- * Sie kennen klare Antworten und sind dabei auf eine Weise freundlich-kompromisslos, gegen die kein herkömmlicher oder künstlich herbei gezogener Einwand gilt.
- * Ihre Erotik ist mit Bezug auf den Menschen nicht genital-sexuell, sondern körper-genüßlich.
- * Sie zeigen keine „Scham“ und behalten dennoch immer ihre Würde.
- * Sie zeigen, was sie tolerieren, was sie wollen, und was nicht.
- * Sie kommen ohne die missverständlichen Abstraktionen von Sprache aus, sie bemühen sich von uns „zutreffend beantwortet“ zu werden, wo es ihnen wichtig ist, ohne den Menschen ihren eigenen „Interaktions-Codex“ aufzuzwingen. Im Grunde ist dies ein Entgegenkommen und eine der bemerkenswerten Leistungen in der Tier-Mensch-Beziehung.

Darüber hinaus gibt es Momente, wo Tiere auf das Eigene, Artgerechte offenbar freiwillig „verzichten“ und ein Verhalten anbieten, das wir als „zugewandt“ und „fördernd“ bezeichnen dürfen. So schaffen diese Tiere erst sichere und therapeutisch günstige Rahmenbedingungen für Kommunikation - etwa für Kinder, die selbst unsicher sind. Ihre zurückhaltende Kontaktnahme ist entängstigend wirksam.

Wer einmal eine Therapiestunde mit einem Großsäuger erlebt hat, gewinnt den Eindruck, diese Tiere wären ganz klar bewusst, dass es sich bei diesen Individuen um bestimmte Ausnahmefälle innerhalb der Gattung „Mensch“ handele: um motorisch, psychisch, interaktiv beeinträchtigte - nicht böswillige! - Menschlein, denen so etwas wie Geduld und Heiterkeit übertragen werden sollte: etwas, das im üblichen tierischen Verhalten eigentlich nur den (eigenen) Jungtieren zugestanden und geboten wird, so lange diese dem „Kindchenschema“ entsprechen (Irenäus Eibl-Eibesfeldt, in: Die Biologie des menschlichen Verhaltens. Grundriß der Humanethologie. München: Piper 2. Aufl. 1986).

Oft habe ich mir überlegt, ob dieses stete Geben ohne entsprechendes Feedback denn diese Tiere nicht emotional „aushöhlen“, ihnen zu deren Schaden etwas wie „soziale Energie“ abziehen könne. So weit ich das aus einzelnen Erlebnissen beurteilen kann, ist das nicht der Fall: Die Tiere „holen“ sich Zuwendung, Lob, Bewunderung, Ansporn wohl danach in ausreichendem Maß von deren „Freunden“, den Trainern, und gewiss bleiben ihnen auch die Veränderungen - von uns Fortschritte genannt - , welche sich bei ihren Therapie-Kameraden ereignen, nicht verborgen: Sie fühlen ja mit ihrem ganzen Körper, nehmen Anteil mit ihrem ganzen Sein.

Wenn wir hier in menschlichen Kategorien reden: von Zugewandtheit, Kommunikationsfreude, Rücksichtnahme, Feinfühligkeit, so meinen wir aus unserer Beobachtung, diese Tiere besitzen ein solches Bewusstsein über die Eigenheiten und auch Defizite der behandelten PatientInnen und über die Besonderheit der Situation. Wir versuchen dies nur zu „benennen“.

Wie ich auf diese Begriffe aus dem menschlichen Sprachraum komme?

Vermutlich habe ich durch Zusehen und zum Teil eigenes Erleben meine eigenen Spiegelneurone (<http://www.helpsv.com/spiegelneurone.html>) aktiviert, kann mich so ein wenig in die Lage des Tieres versetzen und fühle, im übertragenen Sinne, wie das Tier sich dabei fühlen mag. Ich übersetze dies in meine Worte und komme auf die genannten Begriffe.

Die vermutlich einseitig in den Patienten hervorgerufene Aktivierung der Spiegelneurone dürfte zugleich auch ein wesentlicher Schlüssel zum Funktionieren solcher „Begegnungs-, Beziehungs- und Berührungstherapien“ sein.

Die betreffenden Tiere wieder scheinen - durch Training und eigene Wahrnehmung - ihrerseits die je eigenen Spiegelneurone nicht im selben Maß zu aktivieren wie das auf der Patientenseite geschieht: Auf diese Weise können sie am Ende aus der Therapiesituation in ihre „Welt“ zurück finden, ohne die vielfältig fühlbaren Störungen der PatientInnen in sich aufzunehmen oder gesondert verarbeiten zu müssen, wie dies jedenfalls bei menschlichen TrainerInnen oder TherapeutInnen der Fall ist.

Therapeutisch wirksame Tiere sind tatsächlich „geduldig zugewandt“, wo sie sich in anderen Fällen schlicht abwenden oder mit Abwehr oder mit artgerechten Formen der „Maßregelung“ reagieren würden. Sie stellen ihre Rangordnung stets zurück. Sie gehen auf Koordinationsprobleme der Betroffenen exakt ein. Sie lassen sich nicht beirren durch Fehlgriffe, etwa spastisch-euphorisches Reißen an der Mähne, unkoordiniertes Schlagen mit Händen und Beinen, laute, krächzende Stimmen.

In den USA - auch hierzulande - ist es üblich, nahezu immer bekleidet zu sein. Für Begegnungen mit Tieren können als Vorwand hygienische Gründe gefunden werden oder moralische, so eine Diskussion zu dem Punkt überhaupt angedacht wird. - Wir kennen erste Ergebnisse solcher Therapien, weiter möchten wir nicht denken. Das Wort "Lust" ist latent vorhanden, es soll offenbar nachhaltig verdrängt werden.

Wir kommen dennoch zu der Idee einer HippoNACKTherapie: zu der Überlegung, den therapeutischen Prozess durch die unbekleidete, ungehinderte, Begegnung mit dem Tier zu vertiefen:

Darf ich zur Kenntnis nehmen, dass die gute Hauskatze sich durchaus nicht geniert, wenn sie mich im Bad nackt sieht?, dass es auch tatsächlich nicht „Sodomie“ wäre, sie unbekleidet zu füttern oder ihr gut zuzureden, all das eben nackt zu tun, was sonst in gleicher Weise mit ihr getan würde?

Ob Delphine auf den nackten Körper im Vergleich zu Menschen in „Bikiniabdehos“ etwa in besonderer Weise reagieren, ist mir unbekannt: Unsere Begegnungen mit Delphinen waren in den vergangenen zwanzig Jahren immer nur sehr vereinzelt, vor allem auf Distanz: es waren frei lebende Muttertiere, die mit ihren Jungtieren vor einer Bucht an der Ostküste von Lanzarote ausruhten und von unserem Zustand der Nacktheit keine Notiz nahmen.

Pferde hingegen haben wir beobachtet. Ihnen entgeht keineswegs, wenn Menschen sich ihnen unbekleidet nähern, und sie beantworten diese "neue" Situation mit freudigem Interesse.

Die Pferde, die wir persönlich etwa bei Michael Zauels völlig nackt kennen gelernt haben, heißen Fanny, Nicolin und Hercules. Die Stute Fanny schien diesen Umstand jedes Mal zu ignorieren, war sie doch zugleich die Ranghöchste. Der alternde Nicolin schien besonders behutsam, sonst unbeirrt, in seinem Umgang, und Hercules - ein Kaltblüter-Wallach, zugleich der Rangniedrigste - konnte nicht umhin, ausführlich an unseren Genitalien zu schnuppern, begeistert nach Möhren zu schnappen und zwischendurch auch mal vor lauter Begeisterung eine ganze Hand zu kosten. Vor seinen Hufen musste man sich in Acht nehmen, da er offenbar derart auf die neuen Entdeckungen konzentriert war, dass er nicht auch noch darauf achten konnte, wohin er trat: als Therapiepferd vermutlich ungeeignet, in der Begegnung ein liebenswertes, neugierig-interessiertes Riesenbaby, das sehr wohl den Unterschied zwischen „nackt“ und „bekleidet“ erkannte und sich auf die erhöhte Verletzlichkeit dieser so verblüffend haarlosen, gänzlich nackten Menschenkörper einzustellen versuchte.

„Ganzkörperkontakt“ ist unser Stichwort.

Wenn der ganze Körper mit seinen vielen - auch sexuell völlig unterschiedlich „aufgeladenen“ - Bereichen eine „vollwertige“ Begegnung haben darf, so ist dieselbe ungleich intensiver als bei Gelegenheiten, wo Barrieren vorhanden sind: ich behaupte, für Tiere genauso wie für Menschen.

Anzunehmen ist, dass ein so intensiver Körperkontakt mehrere Wirkungen haben kann:

1. Vertiefung der bekannten, erstrebten, therapeutischen Wirkungen
2. Verstärkung eines angenehmen, nicht ausschließlich sexuellen Körpergefühls
3. Verhinderung unreflektiert übernommener Scham und daraus entstehender Abwehr-Reaktionen.

Wie kann nun diese Idee der nackten, gefühlsintensiven Begegnung in ein therapeutisches Konzept eingehen?

Hier gibt es drei Ansatzpunkte:

1. die TrainerInnen könnten im Zuge einer Zusatzausbildung Selbsterfahrung im unbedeckten Umgang mit ihren Therapetieren machen,
2. den Eltern körperlich oder seelisch beeinträchtigter Kinder könnte eine entsprechende Selbsterfahrung zugänglich gemacht werden,
3. den kindlichen oder erwachsenen PatientInnen könnte vermittelt werden, dass es sich hierbei nicht um ein beschämend-einschränkendes, sondern um ein lustvoll-befreiendes Erlebnis handelt, das anderen in der Regel leider verwehrt bleibe, und: dass diese Form der „Körperlust“ nicht nur „nicht verboten“ oder „tabuisiert“, sondern im Gegenteil völlig „frei verfügbar“ sei.

Aus diesen Punkten leitet sich ab, dass ein Mensch mit solcher Art Erfahrung anschließend genauer zu unterscheiden weiß zwischen einer Lust, die auf sexuelle Aktivität und genitale Befriedigung abzielt oder aus dieser gewonnen werden kann, und einer allgemeinen, nicht ausschließlich sexuell motivierten, auf Basis der Spiegelneurone sehr kommunikativen „Körperlust“.

Wie Michael Zauels, Nacktreiter von Bonn-Bad Godesberg (<http://naturismusmitpferden.homestead.com/indexseite.html>), immer wieder sagt, hat er im unbedeckten Zustand auch eine ungleich bessere Kommunikation mit seinen Pferden, er genießt ohne Steigbügel und Sattel festen Halt, und: Das beiderseits gute Gefühl überträgt sich wechselweise zwischen Reiter und Pferd.

Auch Dr. Karl Lindemann aus Schleiden in der Eifel - dessen ebenso klar formulierte wie auch teils mit Mythen befasste Seite „Nacktreiten.de“ (<http://www.nackt-reiten.de/indexfrei.htm>) eine reiche Fundgrube an Ideen und historischen Hintergrund-Infos zum Nacktreiten bietet - betont ein überwältigendes Wohlgefühl, welches im ganzkörperlichen Kontakt mit einem Tier entsteht, mit dem er reitend eine ganz besondere Einheit bildet. - Menschen, die mit sich und dem Tier im Reinen sind, werden dieses Gefühl bestätigen.

Was also etwa gegen eine Therapie im nackten Zustand spricht, sind lediglich unbefragte, daher nie bedachte oder gar beantwortete, Sitten: Das ist der Entwicklung hinderlich und darum schade.

Wie bei anderen kreativ-emergenten Ideen, die wir sonst ja stets mit einem Hauch von Hochachtung „Erfindungen“ nennen, geht es hier doch bloß um einen kleinen, initialen Denkanstoß, eine minimale Frage: Warum denn nicht?

Die erste - hinter der ersten, spontan empfundenen, sogleich überdeckten - Antwort kann moralische Sandburgen errichten. Freiere Denkvarianten können - noch in der Sicherheit der Abstraktion - bereits dazu beitragen, solche Burgmauern mit einem sanften Strom neuer Ideen weg zu spülen und so die Landschaft für angenehme, in sich bereits therapeutische, Ideen zu erschließen, erste Schritte in Richtung Versuch zu tun, endlich den ersten realen Genuss „kameradschaftlich“ mit Anderen zu teilen und zuletzt das Angenehme mit dem Nützlichen zu koppeln: vielleicht in der uralten, immer neuen:

HippoNACKTherapie.

Eine weitere Frage ergibt sich daraus:

Wer denkt daran, die EinzelNACKTherapie und GruppeNACKTherapie - und zwar von Mensch zu Mensch - neu zu erfinden?

Dabei ist anzuregen, solche Settings gründlich zu planen, als ein gemischtgeschlechtliches Trainer- und Therapeuten-Paar anzusetzen und konkrete Versuche wissenschaftlich evaluierbar zu dokumentieren. Besonders dafür eignen würde sich als Therapieform die der Integrativen Gestalt.

Viel Spaß und Glück dabei!