

## **Der begleitende Einsatz von Therapiehunden bei Burnout**

Das Burnout-Syndrom – zu deutsch Ausgebranntsein, bezeichnet einen besonderen Fall von berufsbezogener und/oder familiärer chronischer Erschöpfung.

Die Symptome sind vielfältig und reichen von Schlafstörungen, chronischer Müdigkeit, Energiemangel, Kopfschmerz, Konzentrationsschwäche, Kreislaufprobleme bis hin zur Depression.

Typisch für die Erlebniswelt des Betroffenen ist das Gefühl zu versagen, die Umwelt nicht mehr kontrollieren zu können und die Folge daraus ist oft extremer sozialer Rückzug. Das soziale Umfeld schränkt sich ein, die Arbeit kann nicht mehr richtig geschafft werden und die kleinste Anforderung im Alltag wird zum unüberwindbaren Hindernis.

Patienten mit Burnout-Syndrom müssen durch professionelle Hilfe unterstützt werden. Im fortgeschrittenen Stadium bedürfen die Betroffenen gezielter psychotherapeutischer/ psychologischer oder auch medizinischer Betreuung.

Dr. Christine Buchebner arbeitet in ihrer Praxis als Psychologin bei Klienten mit Burnout vermehrt mit dem Einsatz von Therapiehunden. Viele Klienten finden erst über das Tier wieder zu sich selbst. Zu dem Hund, der gestreichelt werden möchte entwickelt der Klient oft eine starke emotionale Beziehung, die ihm helfen kann aus seinem Käfig der Leere und Hilflosigkeit aufzutauchen.

Über den Umweg des Hundes lernen die Klienten sich selbst wieder zu spüren, ihre Gefühle zuzulassen und ihre eigenen Bedürfnisse nach Nähe und Zuneigung wieder zu entdecken.

Der Einsatz von Therapiehunden gepaart mit professioneller psychologischer Intervention zeigt einen neuen Weg in der Behandlung des Burnout-Syndroms.

Frau Dr. Buchebner arbeitet nicht nur in ihrer psychologischen Praxis in Bisamberg bei Wien mit Therapiehunden, sondern betreut auch **AFH** Fachzentrum NÖ-Süd mit Rat und Tat.

**Dr.Christine Buchebner**

Psychologin,wingwave-Coach,NLP-Master