

**Mario Di Santo**

## **Ein Vergleich zwischen den Auswirkungen der Interaktion mit einem unbekanntem Hund und einem menschlichen Freund auf die Stressbewältigung**

Das Phänomen Stress und seine potenziell schädlichen Auswirkungen auf die Gesundheit ist für eine große Zahl von Menschen bekannt. Daher erscheint es sinnvoll, mögliche schützende Aspekte im Alltag zu überprüfen. Ein Schutzfaktor scheint in Form von sozialer Unterstützung durch andere zu bestehen. Die Forschung hat jedoch gezeigt, dass soziale Unterstützung nicht nur von menschlichen Freunden und Familienmitgliedern, sondern auch von Begleittieren geleistet werden kann und manchmal sogar die von Menschen geleistete soziale Unterstützung in Bezug auf die Stressabschwächung übertrifft.

Die Forschung hierzu konzentriert sich hauptsächlich auf die stressmindernde Wirkung sozialer Unterstützung und den Vergleich zwischen menschlichen und tierischen Unterstützungsfiguren in diesem Zusammenhang. Wenig bis gar nicht erforscht wurde der Vergleich von menschen- und tierinduzierten Stresspuffer- und Stresserholungseffekten.

Aufgrund der Schwierigkeit, Stresspuffereffekte genau zu bewerten, konzentriert sich der vorliegende Forschungsvorschlag auf den Aspekt der Stresserholung und bietet ein Studiendesign, das die Untersuchung potenzieller human- und tierinduzierter Stresserholungseffekte sowie deren Vergleich ermöglicht. Zu Beginn der Studie wird die Hypothese aufgestellt, dass sich die tierinduzierte Stresserholung signifikant von der durch den Menschen verursachten Stresserholung unterscheidet. Die Ergebnisse dieser Studie tragen zum Verständnis bei, wie sich die Bereitstellung von sozialer Unterstützung auf die menschliche Stressreaktion auswirkt.