

Emotionale Sicherheit durch Bindung

Teil 2

Erst die emotionale Sicherheit erlaubt dem Welpen, Schritt für Schritt aus eigenem Antrieb die angeborene Angst vor Unbekanntem zu überwinden und selbstständiger zu werden. Mehr über dieses wichtige Startkapital zur Lebensbewältigung von Dina Berlowitz und Heinz Weidt.

Eine unzureichende emotionale Sicherheit schränkt die innere Freiheit ein, durch Neugierde, Erkunden und Spielen lernend die Welt zu erobern und dabei schrittweise die natürliche Angst vor Unbekanntem aufzulösen. Unbekanntes bleibt dadurch unbekannt und mit dem Heranwachsen wächst durch die unvermeidlich zunehmende Auseinandersetzung mit der Umwelt gewissermaßen auch die Angst mit. Wie ein nicht abzuschüttelnder Schatten begleiten so unbewältigte Ängste das Leben und nehmen schon sehr früh Einfluss auf das weitere Lernen und Verhalten. Fehlende oder eingeschränkte emotionale Sicherheit lässt das heranwachsende Lebewesen in ein psychisches Loch fallen oder in der Luft hängen. Es weiß nicht, wo es hingehört und wo es notfalls Schutz und Fürsorge erhält. Die sichere Basis eines Horts des Vertrauens fehlt. Die emotionale Unsicherheit



wird es ihm auch schwer oder gar unmöglich machen, im reiferen Alter mit anderen Partnern eine Beziehung aufzubauen. Die Qualitäten der Bindung bestimmen vielfältig und tief greifend den Verlauf seiner Wesensentwicklung!
Eigene Angst und Unsicherheit sind schlechte Lehrmeister. Häufig lassen sie Überbehütung und daraus erlernte Hilflosigkeit entstehen.

Fehlentwicklungen können auch dadurch zustande kommen, dass gleichzeitig mehrere „Fürsorger“ unabgestimmt, ja sogar widersprüchlich und nach Lust und Laune da mit „hü“ und dort mit „hott“ ständig verunsichernden Einfluss nehmen. Bei Welpenbesitzern empfehlen wir deshalb eindringlich, mindestens für etwa die ersten drei Wochen eine Haupt-Bezugsperson festzulegen, die für den Welpen als verlässlicher Fürsorgegarant zur Entwicklung seiner emotionalen Sicherheit verfügbar ist.

EMOTIONALE SICHERHEIT UND LEBENSBEWÄLTIGUNG

- Damit unsere jungen Lebewesen in ihrem späteren Leben bewältigungsfähig sind, müssen sie sehr früh in den verschiedensten Bereichen sehr viel lernen.
- Um aber lernen zu können, braucht es nicht nur ausreichende Lerngelegenheiten, sondern auch die innere Freiheit dazu.
- Fehlt die sichere Basis des Vertrauens, werden zahlreiche Prozesse der Entwicklung - auch die des Gehirns - gehemmt oder in ihrem Gleichgewicht nachteilig verschoben und das Lernen eingeschränkt.
- Werden die psychobiologischen Bedürfnisse zur rechten Zeit und in der richtigen Art und Weise erfüllt, wirkt die vermittelte emotionale Sicherheit als Startkapital der Lebensbewältigung, das durch nichts ersetzt werden kann.
- Dazu werden in allen Sinnes- und Lebensbereichen immer und immer wieder Herausforderungen gebraucht, die dem jeweiligen Entwicklungsstand entsprechen, bewältigbar sind und nicht zu Überforderungen führen.



Das Bällebad wurde aus eigenem Antrieb erobert. Welpen müssen angemessene Herausforderungen geboten werden.

- Zwischen dem Extrem wohlmeinender, aber erdrückender Überbehütung und gedankenloser Vernachlässigung muss die Balance situationsgerechter Hilfestellung gefunden werden.
- Damit emotionale Sicherheit entstehen kann, sollte unsere Hilfestellung immer nur so weit



gehen, dass die entscheidenden (Lern-) Schritte von den Heranwachsenden selbst getan werden können.

- Der von Anfang an geförderte Aufbau einer sicheren Bindung und eine daraus hervorgehende emotionale Sicherheit ist auch die Grundvoraussetzung, später unvermeidliche Trennungen bestmöglich zu bewältigen und neue Bindungen vertrauensvoll einzugehen.

In Abwandlung eines Sprichwortes lässt sich zusammenfassen: Kinder und Welpen brauchen Wurzeln und Flügel!

- In Erwartung bevorstehender Trennung absichtsvoll den Aufbau einer sicheren Bindung zu versagen oder gar entgegen zu wirken, ist unverantwortlich. Es vereitelt die Entstehung jener emotionalen Sicherheit, die zur Lebensbewältigung gebraucht wird.
- In gemeinsamer, aber dennoch differenzierter Betrachtung von Menschen- und Hundekindern könnte uns ein neuseeländisches Sprichwort genau das sagen, worauf es insgesamt ankommt: Kinder brauchen Wurzeln und Flügel.



Der entscheidende Unterschied: Das Leben zutrauen und gemeinsam die Welt erobern — so lautet die Devise!

Bindung und Trennung verstehen

Immer wieder werden Welpen auch durch das Unverständnis ihrer Züchter im Aufbau ihrer emotionalen Sicherheit geschädigt. Das ist zum Beispiel dann der Fall, wenn Welpen aus irgendwelchen Gründen später als ihre Wurfgeschwister abgegeben werden. Solche Welpen hängen oft deshalb psychisch in der Luft, weil geglaubt wird, man dürfe auf keinen Fall eine Bindung mit ihnen eingehen, da sie sich ja später an andere Menschen und nicht etwa an den Züchter binden sollen. In Wahrheit ist das barer Unfug, der an psychische Tierquälerei grenzt! Deshalb hier nochmals klar und deutlich: Für heranwachsende Lebewesen ist eine Trennung und der nachfolgende Wiederaufbau einer Bindung umso bewältigbarer, je größer ihre emotionale Sicherheit, also, je sicherer ihre bisherige Bindung ist!

Unzureichende emotionale Sicherheit nimmt - wie man mittlerweile aus der Hirnforschung weiß - nachhaltigen Einfluss auf die Entwicklung des jungen Gehirns. Fehlende oder negative Gefühlsäußerungen führen zu Veränderungen der Biochemie. Die Erregbarkeit und Ängstlichkeit nimmt zu, die Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit ab. Die Aggressionsbereitschaft und die Anfälligkeit für Stressreaktionen sind erhöht. Lernergebnisse werden mangelhaft. Neurotische Verhaltenstendenzen treten in Erscheinung.

In der Praxis - beispielsweise bei unseren Prägungsspieltagen - offenbaren Welpen die ihnen nicht vermittelte emotionale Sicherheit durch verschiedene Erscheinungen und variationsreiche Verlaufsformen. Abweichend von anfänglich natürlich befristeter Zurückhaltung zeigt sich oftmals ein gesteigertes Meide-, Angst- und Aggressionsverhalten. Dieses wechselt dann nachfolgend häufig in ein überaktives sowie leicht irritierbares und ablenkbares Verhalten. In prinzipiell lösbaren Problemsituationen sind sie hin- und hergerissen. In angemessenen Belastungssituationen wissen sie nicht, wo sie hingehören und was sie tun sollen. Aus ihrer Unsicherheit heraus zeigen sie oftmals mehr und mehr ein unkontrolliertes Dominanzstreben, also ein nicht tolerierbares Macho-Gehabe. Begleitet wird dies alles von zahlreichen Konfliktreaktionen. Schließlich erweisen sich solche Hunde oftmals bereits im Welpenalter infolge ihres vom Menschen verursachten Bindungsmangels als schwer erziehbar.

So deutet sich ein problematischer Entwicklungsverlauf schon früh an und findet später leider all zu oft seine vorhersehbare, aber gerade deshalb unglückselige Bestätigung.

Aus alledem wird unmissverständlich deutlich, dass die Anfangsbedingungen für den Verlauf einer gelingenden Entwicklung entscheidend sind. So kann beispielsweise das Versäumnis, einem gerade übernommenen Welpen das Alleinsein nicht schrittweise lernen zu lassen, unbedacht zum „Fluch der bösen Tat“, also zum Einstieg in den Teufelskreis emotionaler Unsicherheit werden. Neben mancher Unkenntnis ist es nicht selten das Erschöpftsein im Alltag, oft aber auch die scheinbare Banalität der Gleichgültigkeit, die daran hindert, den uns anvertrauten Lebewesen das zu geben, was sie in ihrem Innersten brauchen.

Uns kommt es vor wie ein leichtsinniger, ein nicht einmal richtig bewusst gewordener Verrat an unserem Naturerbe und an der gemeinsamen Zukunft von Mensch und Tier. Was jeden Tag immer wieder gebraucht wird, sind kleine, offensichtlich in Vergessenheit geratene menschliche Leistungen, die man nicht kaufen oder bequemer Weise anderen überantworten kann. In der Rolle als Fürsorgegarant liegt es an Ihnen selbst, das Richtige zu tun. Die nachfolgenden Ausführungen sollen Sie dazu ermuntern.

Aufbau emotionaler Sicherheit

Emotionale Sicherheit erwächst nicht nur aus dem Gefühl des Verstanden- und Geborgenseins sowie der verfügbaren Nähe des Fürsorgegaranten. Anknüpfend an diese Anfangsbedingungen ist es vor allem das Gefühl, durch eigenes Tun etwas zu bewirken und dadurch die eigene Situation verbessern zu können. Dies ist von elementarer Bedeutung, denn es „sagt“ dem heranwachsenden Lebewesen, neuen oder überraschenden Situationen nicht hilflos ausgeliefert zu sein. Damit dieses Gefühl entstehen und weiter wachsen kann, braucht es aber auch entsprechende Lerngelegenheiten und Erfahrungen. Aus der Sicht der Hirnforschung sind Erfahrungen, die dem Lebewesen dienlich sind, die Grundnahrung für sein Gehirn. Insofern entfaltet die Beziehungsqualität zwischen dem heranwachsenden Lebewesen und seinem Fürsorgegaranten jene inneren Antriebe, welche die Entwicklung in allen Sinnesbereichen gelingen lässt.

Naturgemäß kommen aber die notwendigen Erfahrungen nur dadurch zustande, dass entsprechend dem Entwicklungsverlauf angemessene Herausforderungen immer und immer wieder bewältigt werden können.



Symbolhaft verdeutlicht dieses Foto: Wer junge Lebewesen in Watte packt, damit ihnen nichts passiert, macht sie lebensuntüchtig!

Für den verständigen Fürsorgegaranten besteht der entscheidende Anteil seiner Fürsorge darin:

- **erstens**, immer wieder angemessene und sinnvolle Herausforderungen zu nutzen, solche entstehen zu lassen oder sie zu arrangieren;.
- **zweitens**, die eigene Hilfestellung und Fürsorge nur jeweils so weit gehen zu lassen, dass das heranwachsende Lebewesen die entscheidenden Verhaltensschritte selbst, also aus eigenem Antrieb, tun kann.

In diesem „Gesetz der eigenen Anstrengung“ liegen fundamentale Lernvorgänge, die sich tief in das emotionale Gedächtnis eingraben und immer mehr emotionale Sicherheit

entstehen lassen. Nun dürfte vielleicht auch klar werden, warum eine wohlmeinende und liebevolle Hinwendung auf den Schutzbefohlenen schnell - und oft für einen selbst unauffällig - die überbehütende Form des psychischen Totstreichelns annehmen kann. Die Realität besteht ja darin, dass wir keine Welt frei von Ängsten und Gefahren schaffen können. Wollten wir aber deshalb unsere Schützlinge in Watte packen, so würden wir sie wider aller Einsicht emotional unsicher und damit lebensuntüchtig machen. Die Devise lautet deshalb schon im frühen Alter: fordern statt verwöhnen. Wer aber im gefühllosen Leistungsdenken darin Pokale und Medaillen im Hinterkopf sieht, der hat uns in anderer Weise noch nicht richtig verstanden. Dem möge die eben genannte Devise in ihrem kompletten Wortlaut eine Hilfe sein: Fordern statt verwöhnen, aber nicht überfordern, sondern gewöhnen!

DER HUND 7/2007 S. 78ff