

# Impuls- und Selbstkontrolle

## ***Im Bann der Versuchung***

*Tiere leben, genau wie Menschen, in einer Umwelt der Verlockungen. Besonders Junghunde müssen erst noch lernen, äußeren und inneren Reizen zu widerstehen. Dr. Ute Blaschke-Berthold erläutert, wie Sie dem Vierbeiner zu mehr Selbstkontrolle verhelfen können.*

Die Aufgabe des Menschen ist es, bereits dem jungen Hund Selbstkontrolle zu lehren, damit er später ein möglichst freies Hundeleben leben kann.

Vor ein paar Minuten bin ich wieder Shoppen gewesen; ganz bequem in heimeliger Umgebung.

Unsere vernetzte Umwelt macht es besonders leicht, Bedürfnisse schnell und ohne großen Energieaufwand zu befriedigen. Mein Bedürfnis kann auch als „Leinenzwang“ bezeichnet werden: Unsere drei Hunde haben weitaus mehr Brustgeschirre und Leinen als ich Jeans und Schuhe. Ich kann dem bunten Stoff, der dort schmückt, wo eigentlich kein Schmuck nötig ist, einfach nicht widerstehen. Mangelnde Impulskontrolle nennt man so etwas - wahrnehmen und haben wollen, ohne über andere Verhaltensmöglichkeiten nachzudenken.

Nun gut, das ist meine persönliche Macke, doch was hat das mit jungen Hunden zu tun? Viel, denn auch sie leben in einer Umwelt der Verlockungen: Bewegungen, Gerüche und Geräusche bilden eine ununterbrochene Flut von Reizen, auf die ein Hund reagiert. Impulskontrolle ist nicht nur ein Thema für Menschen in Bezug auf Essen, Drogen, Spielen, Fernsehen und Kaufen. Für Hunde ist Impulskontrolle ein besonderes Thema, weil sie in einer vom Menschen kontrollierten Umwelt leben. Dort ist für hundliche Bedürfnisse nicht mehr viel Raum.

## **Reaktion auf Reize**

Was ist ein Impuls? Ein Impuls ist eine Reaktion auf einen Reiz. Ein Reiz ist jede Veränderung der Umwelt (und Innenwelt), die in den Sinnes- und Nervenzellen eines Tieres eine Reaktion hervorruft. Impulskontrolle ist also Reaktionskontrolle, ist bewusstes Handeln. Ein anderes Wort dafür ist Selbstkontrolle. Wir alle wissen, wie schwer Selbstkontrolle in verschiedenen Lebenslagen sein kann. Für einen Hund ist sie mindestens genauso schwer. Eigentlich noch schwerer: Wir Menschen können vor dem Griff zur Zigarette, der Schokolade, dem Alkohol die Schreckgespenster der Nebenwirkungen vor unserem geistigen Auge ablaufen lassen. Der Hund hat beim Anblick eines Hasen sicher nicht den heranrasenden ICE im Sinn. Wenn Impulskontrolle schon für uns vernunftbegabte Wesen so schwer ist, wie schwer mag sie dann für einen Hund sein?

## **Selbstkontrolle lehren**

Wir alle kennen den Satz: Ein erzogener Hund ist ein freier Hund. Er kann sich oft ohne Leine bewegen und wird von seinen Menschen öfter mitgenommen. Bei genauer Betrachtung sollte es aber heißen: Nur ein Hund mit guter Selbstkontrolle kann ein freier Hund sein, Bewegungsfreiheit für einen Hund hat alles zu tun mit Impulskontrolle und wenig mit Sitz, Platz, Fuß und Komm. Die Aufgabe des Menschen ist es, bereits dem jungen Hund so viel Selbstkontrolle wie möglich zu lehren, damit er später so frei, wie es in unserer Gesellschaft möglich ist, sein Hundeleben leben kann.

Selbstkontrolle hat viel zu tun mit dem Erregungsniveau, in dem sich das Tier gerade befindet. Ein Hund, der noch relativ entspannt ist, wird der Verlockung eines rennenden Kaninchens leichter widerstehen können als ein Hund, der bereits stärker erregt ist. Erregung verändert die Reaktionsgrenzen - Tag für Tag, individuell und situationsabhängig. Erregung sorgt beständig für Überraschungen: Das hat er ja noch nie gemacht! Wollen wir unseren Hunden helfen, in relativer Freiheit zu leben, so müssen wir ihnen Impulskontrolle lehren. Die Erfolgsaussichten dieses Unternehmens steigen steil an, verbinden wir Selbstkontrolle mit einer Verringerung des Erregungsniveaus, mit Entspannung.

## **HEIKLE ENTWICKLUNGSPHASEN**

In der Welpen- und Junghundzeit; stellen sich die Weichen für das gesamte Hundeleben. Da kann viel schief gehen! Labile Phasen, Klippen der Entwicklung und Erziehung müssen erkannt, begleitet und gemeinsam behutsam überwunden werden, um Problemverhalten vorzubeugen. In unserer Serie stellt Ihnen Verhaltensexpertin Dr. Ute Blaschke-Berthold wichtige Aspekte dieses „Schlüssels zum glücklichen Hund“ vor.

## Ursachen der Erregung

Wo kommt Erregung her? Erregung ist ein Muster elektrischer Signale aus dem Stammhirn. Zu wenig Erregung ist genauso lebensfeindlich wie zu viel. Zwischen diesen beiden Extremen gibt es ein kontinuierliches Spektrum von Erregungszuständen, wobei die Grundtendenz genetisch veranlagt ist. Heute werden immer mehr Hunde geboren, die sehr schnell sehr stark erregt sein können und demzufolge enorme Probleme mit Selbstkontrolle haben.

Hinzu kommen die Lebensumstände vieler Hunde: Relativ reizarm warten sie in Häusern und Wohnungen, vielleicht auch nur in einzelnen Zimmern oder Zimmerkäfigen auf das Highlight des Tages: den Spaziergang in der reizvollen Außenwelt. Ist diese Welt dann tatsächlich angefüllt mit vielen verschiedenen Reizen, reagieren viele Hunde übererregt, stolpern von einem Impuls zum nächsten und werden immer schwerer kontrollierbar. Häufig tappen pflichtbewusste Besitzer in die Beschäftigungsfalle und bieten ihrem Hund noch mehr unkontrollierten Zugang zu Reizen - in der Hoffnung, er würde davon ruhiger werden. Was für die Menschen zu Beginn wie übersäumdendes Temperament aussieht, entpuppt sich nur wenig später als beinahe krankhafter Zustand, der den Hund nicht mehr zur Ruhe kommen lässt.

## Heranreifendes Gehirn

In nahezu allen Büchern kann man nachlesen, dass das Gehirn eines Hundes mit etwa 16 Wochen voll entwickelt ist. Was nun noch folgt, sind Auf- und Abbau der Verbindungen zwischen den Gehirnzellen. Diese Vorstellung beginnt zu wackeln, denn es häufen sich Hinweise, dass das Gehirn der Säugetiere während der gesamten Jugendphase in bestimmten Bereichen stark verändert wird. Dies betrifft auch die Fähigkeit zur Impulskontrolle. Ein bestimmter Bereich des Stirnlappens ist verantwortlich für das Ausüben von Impulskontrolle, und gerade dieser Bereich ist erst kurz vor dem erwachsenen Lebensabschnitt fertig ausgereift.

Mit diesem Wissen müssen wir uns von der Vorstellung verabschieden, dass unkonzentrierte, „ungehorsame“ Junghunde ihren und unseren Platz in einer Rangordnung testen wollen. Dieses düstere Bild von Herausforderung, Konfrontation und sozialem Konflikt wird von den Ergebnissen der Neurobiologie nicht weiter unterstützt. Hunde im Lebensabschnitt zwischen Welpenzeit und Erwachsenenalter haben Probleme mit der Impulskontrolle, weil bei ihnen grundlegende Strukturen noch nicht ausgereift sind. Sie brauchen unsere Hilfe und nicht unseren Widerstand.



**Entspanntes Liegen ist ein Verhalten, das aktiv (!) gegen Erregung wirkt und zuverlässig Erregungsreaktionen ersetzen kann.**

## Entspannung fördern

Bewegungen sind im täglichen Leben wesentliche Erregungsauslöser. Unter der Wahrnehmung von Bewegungen sitzen oder liegen zu bleiben, ist schon für Generationen von Hunden eine Pflichtübung auf dem Hundeplatz. Doch genau dies ist ein gutes Beispiel dafür, dass ein kontrollierbarer Hund nicht unbedingt ein entspannter Hund sein muss. Es ist - wie schon so oft - die Körpersprache, die den Spannungszustand des Tieres erkennen lässt. Gerade die Körperzeichen, die auf einer nachlassenden Spannung der Muskulatur beruhen, sind im üblichen Gehorsamstraining nicht so gerne gesehen: Der Hund macht es sich bequem. Dabei ist entspanntes Liegen ein Verhalten, das aktiv [!] gegen Erregung wirkt und zuverlässig Erregungsreaktionen ersetzen kann. Auch das Herumschauen in der Umgebung während des Liegens ist ein sicheres Entspannungszeichen und als solches ein hochwillkommenes Verhalten.

Wir brauchen also keine neuen, komplizierten Übungsabläufe, um unseren Hunden zu mehr Selbstkontrolle zu verhelfen. Jahrzehnte alte Begleiter müssen nur ein wenig mit Sachkenntnis aufgepeppt werden, um auch heute noch ihre Daseinsberechtigung unter Beweis stellen zu können.

## Praktische Übungen

Wir überlegen, welche Dinge bei unserem Hund das Erregungsniveau ansteigen lassen. Das kann ein Spielzeug sein, ein Leckerchen, das Geschirr oder Halsband, die Leine. Die Liste kann auch bei einem sehr jungen Tier schon beachtlich lang sein. Wir zeigen dem Hund einen ausgewählten Gegenstand und bewegen ihn ein wenig hin und her, so dass der Vierbeiner in deutliche Erregung versetzt wird. Nun sagen wir ihm mit ruhiger Stimme, dass er sich hinlegen solle. Tut unser Schüler dies, loben wir ihn freundlich und machen ein entsprechendes Gesicht dazu. Gerade bei dieser Übung ist eine Futterbelohnung kontraproduktiv, denn sie bringt so manchen Hund wieder in Anspannung. An unserer Bewegung ändert sich nichts, wir warten „nur“ darauf, dass der Hund sich ganz offensichtlich langweilt und es sich bequemer macht. Sobald wir dies beobachten, sagen wir ihm ein Wort, das in Zukunft Entspannung signalisieren und eine Alternative zum Signal für das Hinlegen sein soll. Nach einigen Sekunden weiterer Entspannung laden wir ihn zur Interaktion mit dem Gegenstand ein. Danach wiederholen wir das Ganze. Auf dieser Übung, lassen sich viele weitere aufbauen, die dem Hund zur Fähigkeit der entspannten Selbstkontrolle verhelfen.