

## Stress und Lernen

Mit der Übertragung der Affekt-Logik in das Hundewesen können viele Verhaltensweisen des Hundes besser verstanden und gelenkt werden. Wie sehr Gefühle, Lernen und Stress zusammenwirken, verdeutlichen nachfolgend Dina Berlowitz, Prof. Dr. Dr. Gerald Hüther und Heinz Weidt.



Während der Frühentwicklung des Hundes wächst nicht nur sein Organismus sehr intensiv, sondern es findet gleichzeitig auch ein rasanter psychischer Selbstaufbau statt. Das entstehende Verhalten ist in weiten Bereichen die logische Folge der frühen Erfahrungen. Die Erlebnis- und Lerngeschichte des jungen Hundes lässt ihn zu dem werden, wie er sich gegenüber seiner Umwelt, uns Menschen und zu anderen Mitgeschöpfen verhält. Dabei sind die ersten Erlebnisse Weichen stellend. Das hängt damit zusammen, dass der Verlauf des jeweiligen Geschehens von Gefühlen und Emotionen begleitet wird. Als erlebte und gespeicherte Vorerfahrung bestimmen sie, mit welcher Erwartung und Stimmung und in welcher Art und Weise der heranwachsende Hund an die jeweils nächste Aufgabe herangeht. So werden die Anfangsbedingungen und Ersterlebnisse zum emotionalen Wegweiser des künftigen Verhaltens. Sie lassen im Hund gefühlsmäßige Einschätzungen des eigenen Könnens und ein nachhaltiges Bild von seiner äußeren Welt entstehen. Welche Empfindungen er dabei im Einzelnen hat und in welcher Gestimmtheit er den Herausforderungen des Lebens

gegenübertreten kann, hängt von mehreren Faktoren ab.

Nimmt man die verschiedenen Verlaufsformen früher Erfahrungen unter die Lupe, so wird deutlich, wie sehr Lernen und Stress miteinander verwoben sind. Daraus ergeben sich wichtige Einsichten für das allgemeine Lebensverständnis. Sie bieten aber auch eine gute Grundlage zur Gestaltung der Entwicklungsbedingungen unserer Schutzbefohlenen. Dabei sollten wir nicht nur an unsere Hunde denken.

## Neuland des Erlebens

Damit die Lebensbewältigung des heranwachsenden Hundes gelingen kann, muss er vielfältige Erfahrungen sammeln und zahlreiche Strategien entwickeln. Die dazu nötige Eigenaktivität entspringt dem natürlichen Antrieb der Neugier. Zu ihm steht die ebenfalls angeborene Angst vor Unbekanntem im Widerspruch und lässt so die nötige Vorsicht entstehen.

Auf der Suche nach Wegen, seine eigene Welt zu erobern, ist der junge Hund immer wieder mit Situationen konfrontiert, die nach einer gewissen Gesetzmäßigkeit ablaufen, Entsprechend seinem Reifegrad ist sein angeborenes Wissen und Können auf verschiedene Erwartungen eingestellt. Mit dem schrittweisen Hinauswagen in die noch fremde Welt beginnt jenes Lernen, das naturgemäß dazu führt, Unsicherheit nach und nach in Sicherheit zu wandeln. Dabei wird zunächst die Aufmerksamkeit auf das gelenkt, was vom bisher Gewohnten abweicht, also neuartig ist. Im Wechselspiel zwischen Neugier und Angst vor Unbekanntem entsteht ein Konflikt zwischen Annähern und Vermeiden. Bei unserem Hund kommt dieses Geschehen übrigens häufig durch jene Körperstellung zum Ausdruck, die in diesem Zusammenhang fälschlicherweise als „Spilaufforderung“ bezeichnet wird.

Auf welche Art und Weise sich schließlich welche Verhaltenstendenz durchsetzen kann, hängt von den Umständen des jeweiligen Einzelfalls ab. Häufig gewinnt die Neugier die Oberhand, und die Annäherung an das fremde Objekt führt dazu, dass das neu Wahrgenommene als gefahrlos bewertet und entsprechend eingeordnet werden kann.

Die Vielgestaltigkeit neuer Situationen kann für den noch wenig erfahrenen Hund unterschiedlich große Herausforderungen an seine Sinnesleistungen und bisher erreichten Verhaltensmöglichkeiten darstellen. So kann sich im einfachsten Fall das Neuland des Erlebens auf das Einordnen wenig beeindruckender Strukturen und Gegenstände der unbelebten Umwelt beziehen. Genauso können aber auch solche Erscheinungsformen auftreten, die sich für einen Hund unerwartet verhalten, oder die beim untersuchenden Erkunden überraschende Verhaltensantworten geben. Gesteigerte Herausforderungen ergeben sich vor allem dann, wenn es sich um den Umgang mit fremden Lebewesen oder um (Erst-)Begegnungen mit unbekanntem Genossen der eigenen Art handelt. Naturgemäß sind hier entweder Feinde oder mögliche Konkurrenten zu erwarten.

Bereits in der Wurfkiste beginnt der Hund, sich ein Bild von seiner Welt zu machen. Denn er muss früh lernen, vor was man Angst haben muss und vor was nicht.

## Begegnung mit Neuem

Betrachten wir die etwas genauer, so mit erhöhter einer Fokussierung die Veränderung Erhöhung der eine Aktivierung des einer Alarmreaktion entsprechend den Bewertungen Gefühle Bandbreite von Unsicherheit über bis hin zur konkreten Furcht reichen Geschehen kennen



Begegnung mit Neuem wird deutlich, dass sie Aufmerksamkeit und der Wahrnehmung auf beginnt. Mit der Aufmerksamkeit geht Organismus im Sinne einher und lässt getroffenen entstehen, die in der Unbehagen und Bedrohtheit und Angst lebensbedrohlichen können. Dieses wir bereits als

Stressreaktion, die den gesamten Organismus mehr oder weniger stark auf einen tatsächlichen oder vermeintlichen Notfall (Kampf oder Flucht) vorbereitet.

In den meisten Fällen erweist sich die vorsorglich ausgelöste Alarmbereitschaft als nicht notwendig. Nicht selten wird deshalb auch schon im Verlauf der Wahrnehmung und des Prozesses der Bewertung „Entwarnung“ gegeben. Es kann aber auch sein, dass die Situation zunächst unklar bleibt, und der neugierige Hund erst durch eigenes Tun die Situation bewältigen und Unsicherheit in Sicherheit wandeln kann. Hier könnte man sich zum Beispiel das Erkunden eines Tiefenhindernisses und dessen Überwindung durch ein schmales Brückchen oder das Balancieren über ein wackeliges Brett vorstellen.



Schon während der Aufzucht gibt es zahlreiche Möglichkeiten, die Bewältigungsfähigkeit gegenüber späteren Anforderungen bestmöglich zu entwickeln. Dazu zählt auch der so genannte Betriebsausflug. Hier kann noch vor der Welpenabgabe in der schützenden Gemeinschaft das Erleben von Neuem positiv gestimmt eingeordnet und damit mancher chronischer Stress vermieden werden.

Wozu der Hund jeweils in der Lage ist, hängt nicht nur von seiner veranlagten Konstitution und den tatsächlichen Umständen der Situation, sondern auch von seiner momentanen Verfassung, seinem Reifegrad und den bisherigen Vorerfahrungen ab. Für das innere

Wachsen und die weitere Entwicklung seines Verhaltens und psychischen Leistungsvermögens ist es entscheidend, dass es dem Hund gelingt, die Situation aus eigenem Tun zu bewältigen (so genannte Selbstwirksamkeit). Das hat Gründe, die sich aus einem unauffälligen, aber höchst sinnreichen Zusammenwirken in mehreren Bereichen der Verhaltenssteuerung ergeben. In praxisbezogener Vereinfachung wollen wir diese etwas näher betrachten.

### • Kontrollierbare Stressreaktionen als Herausforderungen

Wie gerade in dem angenommenen Beispiel beschrieben, ist es dem Hund durch eigene Aktivität gelungen, den Verlauf des Geschehens unter seine Kontrolle zu bringen. Die Unbestimmtheiten der anfänglichen Situation wurden aufgelöst, und das Anfangsgefühl von Unsicherheit und Angst hat keine weitere Bestätigung gefunden. Es ist dem Gefühl der Erleichterung und der Bestätigung eigenen Könnens gewichen. Das körpereigene Belohnungssystem im Gehirn wird aktiviert, und es werden vermehrt bestimmte Botenstoffe (Dopamin, Opiate) ausgeschüttet. Die Wirkung dieser Substanzen hinterlässt Spuren in den Bahnen des Nervensystems und überall dort, wo Steuer- und Regelprozesse Einfluss auf die Lebensbewältigung nehmen. Sie führen dazu, dass Nervennetze sich verändern und die zunächst dünnen Pfade der Ersterfahrung durch ähnliche und wiederholte Verläufe zu festen

Wegen, längerfristig vielleicht sogar zu Straßen oder gar Autobahnen ausgebaut werden. So sind Ersterfahrungen die Pfadfinder eines erfahrungsabhängig ausgebauten Netzwerkes, welches gestaltenden und regelnden Einfluss auf das künftige Verhalten und Wesen eines Hundes haben. Unter den hier genannten Voraussetzungen lernt der heranwachsende Hund nicht nur, wie er da und dort seine Sinne und seine Pfoten einsetzen muss, sondern vor allem auch, dass er der Welt, in der er lebt, nicht hilflos ausgeliefert ist. Mit zunehmender Selbstsicherheit kann er selbst vielfach Einfluss darauf nehmen, was mit ihm oder um ihn herum geschieht. Die dabei in ihm ausgelösten Emotionen und Gefühle lenken seine Wahrnehmungen darauf, was für ihn wichtig ist und werden so auch zum Richtungsgeber seiner künftigen Motivationen. Das Geschehen kann aber auch einen anderen Verlauf nehmen.

- **Nicht kontrollierbare Stressreaktionen als Belastungen**

Modellhaft soll auch hier die Geschehenskette mit der Wahrnehmung und Fokussierung eines neuen, nicht näher einzuordnenden Reizes beginnen.



Der Traum von einem angst- und stressfreien Leben entspringt menschlicher Illusion und nicht der natürlichen Realität. Stress wird dann zur Belastung, wenn versäumt wird, in den richtigen Schritten Bewältigungsfähigkeit zu erlernen.

Mit erhöhter Aufmerksamkeit und dem begleitenden Anfangsgefühl von Unsicherheit und Angst wird der Organismus spontan mobilisiert. Eine erste Einordnung und Bewertung der Situation bietet keine Anhaltspunkte für eine Entwarnung. Die bisherigen Vorerfahrungen und verfügbaren Strategien bieten keine Möglichkeit, das weitere

Geschehen unter Kontrolle zu bringen und damit den weiteren Verlauf zu bestimmen. Das Gefühl des Bedrohtseins sowie die innere Erregung nehmen zu. Die innere Unruhe wächst ebenso wie die lähmende Angst. Der Hund verliert zunehmend die Eigenkontrolle. Emotionale Reaktionen und Gefühle, die wir in unserem menschlichen Sprachgebrauch als Hilflosigkeit und Verzweiflung beschreiben, machen sich breit...

Und wie geht es weiter? Das kommt ganz drauf an! Vielleicht war diese nicht kontrollierbare Stressreaktion die letzte Lebenserfahrung. Vielleicht hat sich aber auch die äußere Situation ohne Zutun des Hundes verändert, und er ist mit Angst und Schrecken und nachhaltigen Erinnerungen davongekommen. Es könnte aber auch sein, dass er sich mit dem Mut der Verzweiflung der bedrohlichen Situation mit Ungewissem Ausgang aktiv entgegengestellt hat. Womöglich ist es dem Hund auch gelungen, sich durch ein rasantes Fluchtverhalten dem Ganzen erfolgreich zu entziehen. Wir werden versuchen, die wichtigsten Aspekte der verschiedenen Möglichkeiten nacheinander herauszustellen.

## **AFFEKTE UND IHRE LOGIK**

### **Emotionale Einflüsse auf das Lernen, Verhalten und Wesen des Hundes**

Aus unserer Umgangssprache kennen wir Affekte vor allem im Zusammenhang mit akuten Gewaltausbrüchen. Affekthandlungen, auch als Kurzschlusshandlungen bezeichnet, unterliegen zum Beispiel bei Straftaten bestimmten juristischen Bewertungen. Ihre Besonderheit wird in schnellen, ohne Einsicht in die Zusammenhänge, unüberlegt vollzogenen Handlungen gesehen.

Affekthandlungen können auch bei unseren Hunden in scheinbar ausweglosen Situationen auftreten und sich beispielsweise im Bild des panischen Angstbeißens äußern.

Affekte - ob bei Mensch oder Tier - treten aber keinesfalls nur in solchen Extremsituationen auf. Vielmehr sind sie ganz generell als Gemütsbewegungen untrennbar mit allen Formen des Fühlens, der Sinnesverarbeitung und des Handelns verbunden. Diese Anschauungsform ist außerhalb geisteswissenschaftlicher Betrachtungen ziemlich neu und beginnt erst jetzt in den Bereichen „nüchtern“ Naturwissenschaft Platz zu greifen. Erstaunlicherweise wurde verschiedenen Pionierarbeiten nicht jene Bedeutung beigemessen, die notwendig gewesen wäre. Allen voran gilt dies für die wegweisende, aber lange Zeit wenig beachtete Arbeit von Charles Darwin „Der Ausdruck der Gemütsbewegungen bei dem Menschen und den Tieren“ von 1872.

### **Affekte geben Orientierung**

Affekte sollen hier im Sinne eines Oberbegriffes umfassender psycho-biologischer Gestimmtheit von unterschiedlicher Qualität. Bewusstseinsnähe und Dauer verstanden werden. Vereinfacht können sie



mit Emotionen und Gefühlen gleichgestellt werden. Von Geburt an geben Affekte eine Orientierung „hin-zu“ oder „weg-von“ Gegebenheiten und färben die wachsenden Sinneseindrücke mehr und mehr erfahrungsabhängig ein. Mit zunehmender Fähigkeit, Unterschiede wahrzunehmen und weiter zu verarbeiten, werden die Empfindungen zum Pfadfinder der eigenen Aktivität. Im Rahmen der veranlagten Möglichkeiten wird dabei die Wirklichkeit mit ihren Zusammenhängen und Abhängigkeiten mehr und mehr erfasst. Die ersten Erfahrungen und Erlebnisse, ob lustvoll oder unbehaglich, bahnen unter den vorgefundenen Anfangsbedingungen den weiteren Weg. Immer differenzierter wird in selbst organisierender und selbst optimierender Weise die belebte und unbelebte Umwelt eingeordnet, bewertet und bewältigt. Affekte wirken dabei wie Schleusen oder Pforten, die den Zugang zu unterschiedlichen Gedächtnisspeichern öffnen oder schließen. Der Fokus der Aufmerksamkeit richtet sich immer stärker auf jene Dinge, die Bedeutung erlangt haben. Das gilt auch für die Entwicklung der Angst vor Strafe oder der Hoffnung auf Belohnung.



Entsetzen und Todesangst, nach einer Photographie von Dr. Duchenne.

#### **Affekte helfen bei der Lösung von Konflikten**

Die Distanzierung oder Annäherung gegenüber Veränderungen stützt sich vermehrt auf Vorerfahrungen und lässt eine Reihenfolge der Interessen und Bevorzugungen entstehen. Und so wird auch gut verständlich, dass die Vielfalt der hier nur begrenzt darstellbaren Wirkungen von Affekten weitreichenden Einfluss auf die Lerngeschichte eines Lebewesens haben.



Nach dem Leben gezeichnet von Mr. Wood.

Das kommt besonders dort zum Ausdruck, wo auf Grund gemachter Erfahrungen Affekte dazu führen, in komplexen Situationen blitzschnell auf das aktuell Wichtigste reagieren zu können. Im praktischen Leben ist dies vor allem bei der Lösung von Spannungen und Konflikten, also in Stress-Situationen, notwendig. Dort aber, wo die nötigen Erfahrungen nicht gemacht werden oder die natürliche Angst vor Unbekanntem unbewältigt bleibt, lässt der ansonsten hilfreiche Mechanismus immer wieder solche Affekte aufschäumen, die den Alltag zur Qual machen können.

#### **Affekte als Motoren und Richtungsgeber**

Affekte sind gewissermaßen die entscheidenden Motoren und Richtungsgeber des Verhaltens. Die Logik der Affekte besteht darin, dass erfahrungsabhängig die jeweilige psycho-biologische Gestimmtheit auf die eigene Wahrnehmung und Sinnesverarbeitung in einer Art und Weise zurückwirkt, die dem gesamten Verhalten und seiner weiteren Entwicklung die Richtung vorgibt. Es findet ein Prozess der Verstärkung statt, der aus sich selbst heraus gespeist und in seiner anfänglichen Richtung aufrechterhalten wird. Die Tragweite dieses eigendynamischen Geschehens steckt darin, dass die in Bedeutungszusammenhängen erlebten Gefühle sich in ähnlichen Situationen immer wieder selbst hervorbringen. Am Beispiel einfacher Wahrheiten des Alltags mag dies sinnfällig vor Augen geführt werden: „Gebrannte Kinder scheuen das Feuer“ oder „Wie man in den Wald hinein ruft, so schallt es heraus“.

Auch im Falle unseres Hundes, der zwar mehr in den engen Bahnen seiner Instinkte geführt, aber dennoch erstaunlich lernfähig ist, hat die Affekt-Logik weitreichende Konsequenzen. Lassen wir sie außer acht, zeichnen schon von Anfang an scheinbare Nebensächlichkeiten zwangsläufig und unerbittlich seinen Lern- und Lebensweg vor. Hierzu ein Beispiel aus einem Hundeleben:

Ein Welpen, dessen gemeinsame Aufzucht mit seinen Geschwistern aus Gründen der Jahreszeit und des Platzmangels in einem Heizungskeller stattfand, wird in freudiger Erwartung bei seinem neuen Besitzer eingewöhnt.

Aufgrund seiner reiz- und erlebnisarmen Aufzucht zeigt er sich allem Neuen gegenüber sehr ängstlich, winselt und kläfft viel. Die lieben Nachbarn sind verärgert, und der Hausfrieden hängt schon nach kurzer Zeit schief. Um den familiären und anderen Mitbewohnern zu zeigen, dass man keinesfalls alles durchgehen lässt, wird das angst-motivierte Gejammer immer wieder deutlich hör- und sichtbar bestraft. Das Problem wird immer größer. Auch der Ausgang mit dem Welpen wird immer mehr für alle Beteiligten zur Tortur. Der Welpen sperrt sich mit Leibeskräften gegen die Leine und will um nichts in der Welt vom Haus weg. Damit wird auch das Versäubern zum Problem und findet ohne Aussicht auf Besserung unbeobachtet immer wieder in der Wohnung statt. Die in der dunklen und nasskalten Jahreszeit sowieso reduzierten Spaziergänge werden eher weniger, anstatt mehr. Denn auch die Begegnung mit anderen Hunden ist inzwischen problematisch. Aus dem ängstlichen Reißaus ist mittlerweile zunehmende Aggressivität entstanden. Der Besuch einer wenig kompetenten „Welpenschule“ hat ihn vom angstgeplagten Dominanzstreber zum allseits gefürchteten Raufer werden lassen, und so mussten nicht nur mehrere Tierarztrechnungen bezahlt werden, sondern auch der Besitzer immer wieder einmal seinen Hausarzt aufsuchen. Infolge der vielen Unannehmlichkeiten und des Ärgers wird der mittlerweile erwachsene Hund noch weniger außer Haus mitgenommen. Durch Rat und praktische Hilfestellung eines „Hundeexperten“ konnte über starke Zwangs- und Gehorsamsmaßnahmen „erfreulicherweise“ das Kläffen und das überhöhte Aggressionsverhalten einigermaßen unter Kontrolle gebracht werden. Nach Rückkehr von einem ausgedehnten Bekanntenbesuch - wie jetzt üblich, ohne Hund - ergab sich allerdings ein unerwartetes Versicherungsproblem. Erschöpft lag der zurückgebliebene Hausgenosse zwischen den Restbeständen des Mobiliars und den zeretzten Polstermöbeln. Die lautstarke Diskussion zwischen den Eheleuten erreichte ihren Höhepunkt mit der Frage, wer nun die häusliche Gemeinschaft verlassen solle: „Du oder ich - oder der Hund?“ Das Inserat „Hübscher, wachsamer Hund umständehalber abzugeben“ brachte keinen Erfolg. Der Örtliche Tierschutz Ist - wie so oft - in die Bresche gesprungen. Mehrere Resozialisierungs- und Platzierungsversuche sind gescheitert und so musste...

Diese fiktiv aufgezeigte Geschehenskette folgt einer Affekt-Logik, die nach den Erfahrungen des Lebens geradezu zwingend ist, deren Verlauf wir aber durch unser Wissen und Wollen verhindern können.

Wer sich mit den Zusammenhängen der Affekt-Logik im menschlichen Dasein näher befassen möchte, dem sei als gut verständliche Übersicht das Büchlein von Luc Ciompi „Gefühle, Affekte, Affektlogik“ empfohlen (Picus Verlag GmbH, Wien 2003). Vom gleichen Autor liegt als umfassendes Werk der Titel „Die emotionalen Grundlagen des Denkens“ (Vandenhoeck & Ruprecht; 3. Auflage, Göttingen 1997) vor. Für ein tieferes Verständnis unseres Hundes sind die mit der Affekt-Logik weiter vernetzten Zusammenhänge sehr klar und deutlich beschrieben in „Hunde-Verhalten - Das Lexikon“ von Andrea Weidt (Roro-Press Verlag, Dietlikon 2005).

## **Leben ist Vertrauenssache**

Leben ist nicht nur Lernen, sondern auch Vertrauenssache. Wie im Falle kontrollierbarer Stressreaktionen, so sind auch bei solchen, die (zunächst) nicht kontrollierbar sind, immer auch bedeutsame Lernprozesse beteiligt. Dies gilt bei heranwachsenden Lebewesen umso mehr, als das erste Lernen, also Ersterlebnisse, die logische Konsequenz in sich tragen, den weiteren Verlauf des Lernens maßgeblich zu bestimmen. Das gefühlsmäßige Beteiligtsein bei den Lebens- und Lernvorgängen unterliegt geradezu einer Gesetzmäßigkeit, die Luc Ciompi (Dr. med. em. Professor für Psychiatrie Universität Lausanne und Bern, Jahrgang 1929, Begründer der therapeutischen Wohngemeinschaft „Soteria Bern“) als Affekt-Logik sehr klar und deutlich beschrieben hat. Unter dem Aspekt, dass sich unsere Hunde mehr in den engeren Bahnen ihrer Instinkte verhalten, werden hier in abgewandelter Form wesentliche Elemente dieses bedeutsamen Geschehens als Hintergrundwissen erläutert (siehe Kasten).

## **Voraussetzung fürs Überleben**

Betrachten wir nun die erfahrungsabhängig entstehenden Lerneffekte, so begegnen wir hier wieder dem Prinzip „Gleichzeitig Erlebtes und Empfundenes verknüpft sich“. Und so kommt es, dass die als bedeutsam wahrgenommenen Reize mit den erlebten Empfindungen etikettiert und im emotionalen Gedächtnis abgespeichert werden. So wird auch leicht verständlich, dass ein Hund, der bei einem Ersterlebnis in Angst und Schrecken oder in eine Überforderung versetzt wurde, von sich aus solche Situationen nicht mehr aufsucht, sondern diese möglichst meidet.

Ob wir nun Lernereignisse mit kontrollierbaren oder solche mit nicht kontrollierbaren Stressreaktionen anschauen, in beiden Fällen wird in natürlich sinnvoller Weise gelernt. Es entsteht entweder Vertrauen in die eigene Fähigkeit, Situationen zu bewältigen, oder sich diesen durch Meideverhalten oder Flucht entziehen zu können, Lebewesen, die dies nicht lernen konnten, zählen weder zu unseren eigenen Vorfahren, noch würden sie - wie im Falle des Hundes - kaum dazu kommen, selbst jemals Nachkommen zu haben. Denn unter natürlichen Bedingungen ist folgerichtiges Lernen die kompromisslose Voraussetzung des Überlebens.



(Selbst-) Vertrauen kann nicht erzwungen werden! Vielmehr braucht es die innere Bereitschaft, auf die natürlichen Entwicklungsbedürfnisse des heranwachsenden Hundes feinfühlig und situationsgerecht einzugehen. Die Logik der Affekte kann sich nicht nur im negativen, sondern auch im positiven Sinn entfalten.

*Die frühe Erlebnis- und Lerngeschichte des Hundes prägen sein späteres Verhalten und Wesen. Und dass Gefühle und Emotionen zum Wegweiser seiner Verhaltensentwicklung werden, kann nicht in Zweifel gezogen werden.*

Die faszinierende Selbstoptimierung des lernenden Organismus kann unter zivilisatorischen Gegebenheiten sehr leicht entgleisen und die sinnreichen Regeln der Natur auf den Kopf stellen. Das ist zum Beispiel dann der Fall, wenn die Lernmöglichkeiten einschränkend oder überfordernd sind. Die Wahrnehmungs-, Verarbeitungs- und Handlungsfähigkeit des heranwachsenden Hundes geht mit seinem jeweiligen Reifegrad einher. Fehlen ihm die dazu passenden Lerngelegenheiten, so ist es seinem Organismus, insbesondere seinem Gehirn verwehrt, jene Funktionalität aufzubauen, die jetzt und zur späteren Lebensbewältigung nötig ist. Das heranwachsende Lebewesen braucht also solche angemessenen Herausforderungen, die zu jenen kontrollierbaren Stressreaktionen führen, die seine Bewältigungsfähigkeit beflügeln und ein höchst wirksames Lernen am Erfolg vorantreiben, Vereinfacht ausgedrückt kann man durchaus sagen, dass es sich hier um bewältigbaren Stress handelt, der zugleich das notwendige Salz in der Suppe des Lebens und Lernens ist. Wer nicht gelegentlich hinfällt, kann auch nicht lernen, wie man wieder aufsteht.

## **Nicht bewältigbarer Stress**

Aber genau hier liegt auch die große Gefahr, dass allzu leicht diese Suppe versalzen werden kann.



*Für den psychischen Selbstaufbau des heranwachsenden Hundes ist es entscheidend, ihm immer wieder zu ermöglichen, angemessene Herausforderungen durch eigenes Tun zu bewältigen.*

Nämlich dann, wenn man zum Beispiel die natürlichen Entwicklungsbedürfnisse außer Acht lässt oder glaubt, dass „viel“ auch „viel hilft“. Noch schlimmer kann der eigene ungezügelte Ehrgeiz sein. Er führt regelmäßig dazu, dass von dem jungen Lebewesen Verhaltensleistungen erwartet oder gar verlangt und durchgesetzt werden, zu welchen es noch gar nicht in der Lage ist. Es muss sich dabei nicht einmal um eine falsch verstandene Frühförderung handeln. Denn schon einfach erscheinende

Verhaltensleistungen können in eine massive Überforderung führen. Hier sei beispielsweise nochmals auf das Eingewöhnen und Meinsein des gerade übernommenen Welpen hingewiesen. Alleinsein ist nach der Natur des Hundes artwidrig und bedarf des Lernens in kleinen Schritten, Tut man das nicht, so setzt man den allzeit lernenden Hund einer Situation aus, die für ihn nicht kontrollierbare Stressreaktionen zur Folge hat. Er ist nicht in der Lage, aus eigenem Antrieb die Situation zu seinen Gunsten zu verändern. Vereinfacht ausgedrückt, handelt es sich hier um nicht bewältigbaren Stress.



Das Temperament und die Affektivität des Hundes wird dabei starken Einfluss auf seine Verhaltensäußerungen haben. Und ganz sicher können wir davon ausgehen, dass alle dabei stattfindenden Lernprozesse von der Angst angeführt werden und sich diese dementsprechend in das emotionale Gedächtnis eingraben. Wird beispielsweise die Gefühlslage tief greifender Verlassensangst mit dem gleichzeitigen Läuten der Kirchenglocken verknüpft, so braucht man sich bekanntlich nicht wundern, wenn solche akustischen Erscheinungen auch später beim erwachsenen Hund die ehemals durchlebten Gefühle als verlassener Welpen wieder wachgerufen werden. Verständlich dürfte außerdem sein, dass derartige Erinnerungen zur Ausgangslage der Gegenwart werden und so auch Einfluss auf das allgemeine Grundgefühl nehmen können.

## Hilfestellungen

Jedes Tier, auch jeder Mensch, muss auf eine Bedrohung reagieren. Bedrohlich ist jede Wahrnehmung einer Veränderung in der äußeren Welt, auch des eigenen Körpers, die als Gefahr für Leib und Leben interpretiert wird.

Ob eine bestimmte Wahrnehmung als in dieser Weise bedrohlich eingestuft wird, hängt von den jeweiligen Vorerfahrungen ab. Bisweilen sind es für den Außenstehenden völlig unbedrohliche Anlässe, die einen Hund oder auch einen Menschen in Angst und Schrecken versetzen, z.B. ein bestimmtes Geräusch, ein Geruch oder ein Gegenstand, der mit einer vorangegangenen bedrohlichen Erregung assoziiert wird. Bestrafung ist in solchen Fällen das Falscheste, was dem betreffenden Hund dann passieren kann, denn dadurch wird die Kette der mit dieser Wahrnehmung in Verbindung gebrachten Angst anstoßenden Erfahrungen nur noch länger.

Belohnende Zuwendung ist oft nur dann hilfreich, wenn eine eigentlich ungefährliche, aber dennoch für den betreffenden Hund Angst auslösende Wahrnehmung nicht sofort mit einer massiven Angst- oder Angriffsreaktion beantwortet wird. So kann das Tier eventuell Vertrauen zurückgewinnen. Problematisch wird eine derartige Belohnung jedoch auch dann, wenn der Hund dadurch ermutigt wird, seine natürlichen Reaktionen auf eine Bedrohung selbst immer stärker zu unterdrücken, so dass er schließlich auch dann, wenn es wirklich „ernst“ wird, nicht mehr oder nur noch halbherzig reagiert. Er verliert so die Fähigkeit, adäquat auf eine Gefahr, z.B. durch Flucht oder Angriff oder auch durch Bellen zu antworten.



Beim überlegten Umgang mit dem Hund ist es im Alltag oft schwierig, die Geschehensabläufe wirklich allseits zutreffend einzuschätzen. Als Faustregel empfiehlt sich daher, solche Verhaltensweisen, die aus dem Schreck heraus oder sonst wie durch Angst motiviert sind, weder direkt noch indirekt zu bestrafen oder zu belohnen. Hilfreich ist es, die Situation zu überspielen oder anderweitig - zum Beispiel durch einen Situationswechsel - zu entspannen.

## Chronischer Stress

Sind die Anfangsbedingungen für das Lernen und emotionale Erleben des heranwachsenden Hundes ungünstig, oder es kommt zu negativen Ersterlebnissen und anderen „dummen Zufällen“, ist die Wahrscheinlichkeit nachhaltiger Fehl-Verknüpfungen groß. Das kann dazu führen, dass für uns Menschen belanglos erscheinende Alltagssituationen, immer und immer wieder für den Hund nicht bewältigbaren Stress auslösen. Denken wir beispielsweise an eine unglücklich verlaufene Erstbegegnung mit einem Pferd oder an das schon erwähnte misslungene Lernen des Alleinseins. Als auslösende Faktoren - den so genannten Stressoren - kommen hier nicht in erster Linie die äußeren Umstände in Betracht, sondern die aus fehlenden oder dem ersten, aber falschen Lernen hervorgehenden Einordnungen und Bewertungen. Es ist also das selbst gemachte, aber falsche „Weltbild“, welches jeweils Stress auslöst.



Besonders hilfreich sind solche Lerngelegenheiten, die dem jungen Hund die Möglichkeit geben, selbst Einfluss auf die Herausforderung an die eigene Bewältigungsfähigkeit zu nehmen.

#### AUTOREN

**Dina Berlowitz** ist Teamleiterin der Modell- und Muster-Prägungsspieltage in Zürich (CH). Bis vor geraumer Zeit war sie aktive Hundeführerin im Schweizerischen Katastrophenhundewesen. In wechselseitiger Ergänzung mit ihrem Mann Heinz Weidt intensive Publikations- und Ausbildungstätigkeit insbesondere für die fachgerechte Durchführung von Prägungsspieltagen und spezieller Verhaltensentwicklungsprogramme von Dienst-, Katastrophen- und Blindenführhunden.

**Heinz Weidt** befasst sich seit 30 Jahren intensiv mit der Verhaltens- und Wesensentwicklung des Hundes. Er entwickelte zahlreiche Grundkonzepte für einen verhaltensbiologisch ausgerichteten Umgang mit dem Welpen und für die Erzielung spezieller und besonderer Verhaltensleistungen des erwachsenen Hundes. Umfangreiche Publikations-, Seminar- und Vortragstätigkeit. Lebt seit 1999 mit seiner Frau Dina Berlowitz im Kanton Zürich (CH) und ist dort leitender Mitarbeiter der KYNOLOGOS AG.

**Dr. rer. nat. und Dr. med. habil. Gerald Hüther**, Jahrgang 1951, ist Professor für Neurobiologie und Leiter der neurobiologischen Forschungsabteilung an der Psychiatrischen Klinik der Universität Göttingen. Der renommierte Hirnforscher befasst sich mit Fragestellungen zu Entwicklungs- und Funktionsstörungen des menschlichen Gehirns. Seine Grundlagenforschung erstreckt sich dabei u. a. auch auf die biologischen Funktionen und Wirkungen der Stressreaktionen im Gehirn. Die gefundenen Erkenntnisse stützen und präzisieren nicht nur die bisherigen Grundlagen der zoologischen Stressforschung und der Verhaltensbiologie, sondern geben auch neue und überraschende Einsichten in das Netzwerk elementarer Verhaltensvorgänge. Der Autor zahlreicher Publikationen hat es wie kaum ein anderer verstanden, aktuelle Erkenntnisse der wissenschaftlichen Grundlagenforschung zeitnah für die Lebenspraxis anwendbar zu vermitteln. Er bedient sich dabei einer außergewöhnlich sinnfälligen und eindrücklichen Sprache, die Fachleuten wie Laien einen neuen Horizont im Verständnis menschlicher Entwicklung eröffnet.

So ist es leider gar nicht so selten, dass daraus für manchen Hund lebenslang immer wieder eine nicht zu bewältigende Stress-Situation entsteht, wenn sich zum Beispiel nur die geringsten Anzeichen auf bevorstehendes Alleinsein oder auf die Begegnung mit einem Pferd ergeben.

Chronischer, also lang anhaltender oder immer wiederkehrender Stress, auch wenn er womöglich nur unterschwellig in Erscheinung tritt, ist in vielfältiger Weise gesundheitsgefährdend und führt zu den unterschiedlichsten Krankheitsbildern einschließlich reduzierter Lebenserwartung. Im Wissen um den oft unbedachten Entstehungsweg sollten wir deshalb alles daran setzen, dem unglückseligen Geschehen fehlender oder unerwünschter und damit Stress erzeugender Lerneffekte bei unserem Hund vorausschauend entgegenzuwirken.

Bewältigungsfähigkeit entsteht im allgemeinen dadurch, dass ein heranwachsendes Lebewesen schrittweise mit solchen Aufgaben konfrontiert wird, die es nach seinem Reife- und Entwicklungsgrad tatsächlich meistern kann.

#### Das Wichtigste in Kürze

##### STRESS UND LERNEN

- Mit dem Erwachen der Sinne, ihrer zunehmenden Benützung und der wachsenden Fähigkeit, die gesammelten Eindrücke zu verarbeiten, gehen untrennbar alte Formen des Fühlens und folgerichtigen Verhaltens einher.



- Bei der Begegnung mit Neuem wird das Neuland des Erlebens mit den jeweils erfahrungsabhängigen Gefühlen etikettiert. Die vorgefundenen Anfangsbedingungen und die sich ergebenden Ersterlebnisse nehmen darauf starken Einfluss.
- Ersterlebnisse und die dabei zustande kommenden Einordnungen und Bewertungen kanalisieren Interessen, Bevorzugen und Abneigungen. Sie geben dem Verlauf der eigenen Lerngeschichte unauffällig, aber dennoch rigoros und wie von selbst seine Richtung.
- Die Wechselwirkungen, zwischen dem gefühlsmäßigen Erleben, dem Verarbeiten der Sinneseindrücke und dem daraus hervorgehenden Verhalten unterliegen in weiten Bereichen einer naturgemäß logischen Zwangsläufigkeit.
- Gestützt auf die wissenschaftlich hinterfragte Affekt-Logik im Dasein des Menschen wird die durchschaute Gesetzmäßigkeit in sorgfältiger Abwandlung auf das Hundewesen übertragen. Damit werden verbesserte Möglichkeiten zum Verständnis und zur Entwicklung des Verhaltens und Wesens unseres Hundes verfügbar.
- Die Logik der Affekte besteht darin, dass die in Bedeutungszusammenhängen erlebten Emotionen und Gefühle sich in ähnlichen Situationen immer wieder selbst hervorbringen und so dem Verhalten seine generelle Richtung geben.
- Bleibt die naturgegebene Affekt-Logik im zivilisationsorientierten Umgang mit dem Hund unberücksichtigt, müssen wir mit solchen Erscheinungsformen seines Verhaltens rechnen, die uns unlogisch erscheinen und die bei Hund und Mensch zu unnötigen und belastenden Stressreaktionen führen.
- Kontrollierbare Stressreaktionen, vereinfacht kurz bewältigbarer Stress genannt, stellen eine Herausforderung dar, in welcher für den lernenden Organismus der aussichtsreiche Reiz des Zugewinns an neuen Fähigkeiten steckt. Hingegen wirken nicht kontrollierbare Stressreaktionen als Belastung.
- Wieweit Stressreaktionen kontrollierbar und damit dem Lernen am Erfolg und dem Aufbau von Selbstsicherheit dienlich sind, oder aber nicht kontrollierbar und belastend wirken, ergibt sich immer erst aus dem Verlauf der jeweiligen Situation. Eine Voraussage, ob es sich um „guten“ oder „schlechten“ Stress handelt, ist insofern nicht möglich.
- Bewältigungsfähigkeit entsteht im Allgemeinen dadurch, dass ein heranwachsendes Lebewesen schrittweise mit solchen Aufgaben konfrontiert wird, die es nach seinem Reife- und Entwicklungsgrad tatsächlich meistern kann. Unter natürlichen Bedingungen geschieht dies dadurch, dass die körperlichen Fähigkeiten und die Sinnesleistungen zueinander so angepasst sind, dass es üblicherweise zu keinen schädigenden Überforderungen kommt. Außerdem ist die Elternfürsorge und der Hort der Gemeinschaft gleitend darauf abgestimmt, angemessenen Schutz und Nahrung und vor allem Psychosoziale Nestwärme, also emotionale Sicherheit und Geborgenheit zu bieten. Und schließlich findet die Jungenaufzucht dann statt, wenn die jahreszeitlichen Bedingungen der Umwelt dafür optimal sind und diese nicht von vornherein Stressoren darstellen.
- Unter den Bedingungen zivilisatorischer Lebens- und Denkweise bleiben ohne böse Absicht oftmals die vorgenannten elementaren Schutzfaktoren auf der Strecke. Kennt man die natürlichen Entwicklungsbedürfnisse nicht, oder werden sie vernachlässigt, so bestehen im Alltag unzählige Möglichkeiten, Hunde solchem Stress auszusetzen, den sie gar nicht bewältigen können.
- Nicht bewältigbarer Stress entsteht am häufigsten durch eine nicht entwicklungsgerechte Anpassung der abverlangten Verhaltensleistungen. Dies können Unterforderungen durch fehlende Lerngelegenheiten und Überbehütung genauso sein wie Überforderungen durch Unverständnis und falschen Ergeiz. Die gemeinsame und wesentliche Ursache ist das verhinderte Zustandekommen emotionaler Sicherheit beim heranwachsenden Hund, also das, was eine sichere Bindung ausmacht.
- Fehlende emotionale Sicherheit, unzureichende Erfahrung und falsche Verknüpfungen sind die „besten“ Voraussetzungen, unbewältigbaren Stress entstehen zu lassen. Werden Alltagssituationen davon wiederkehrend oder anhaltend betroffen, entsteht chronischer Stress. Er ist ein hoher, gesundheitsgefährdender Risikofaktor und ein großer Störfaktor des Verhaltens und Wesens.
- Als Faustregel empfiehlt sich, Verhaltensweisen, die als Schreckreaktionen auftreten oder sonst wie durch Angst motiviert sind, weder direkt noch indirekt zu bestrafen oder zu belohnen.