

Stressreaktionen als Anpassungsprozesse und Warnsignale

Teil 2

Stressreaktionen werden von deutlich erkennbaren Körperreaktionen begleitet, die wertvolle Hinweise über die augenblickliche Befindlichkeit des Hundes geben können. Dina Berlowitz, Prof. Dr. Dr. Gerald Hüther und Heinz Weidt mit Einzelheiten.

Um nun eine schlüssige Verbindung zwischen dem hier dargelegten Stress-Konzept und dem Frühwarn-Konzept herstellen zu können, wird nochmals auf den Begriff der so genannten Konfliktreaktion in Kurzform zurückgegriffen. Es handelt sich hier um bestimmte sichtbare Körperreaktionen, die in Konfliktsituationen auftreten. Kennt und beachtet man sie, machen sie innere Spannungszustände ablesbar und damit - vor allem beim heranwachsenden Hund – entgegenwirkende Lenkungsmaßnahmen möglich.

Konfliktreaktionen werden aber immer erst dann zum Warnsignal, wenn sie in erhöhter Häufigkeit, Intensität und Dauer auftreten. In diesem Fall befindet sich ein Hund in einem Zustand, der erwarten lässt, dass er mit der augenblicklichen Situation nicht zurechtkommt und negative Verknüpfungen zu befürchten sind. Solche Warnsignale können auch intervallmäßig oder salvenartig auftreten und zusätzlich von Erregungszuständen wie beispielsweise Körperzittern oder Hecheln begleitet sein. Geraten Hunde häufiger oder länger in eine solche innere Verfassung, erwachsen daraus meistens (Fehl-) Verknüpfungen, die darin in Tics (Zucken), Stereotypien, unerwünschte Verhaltensweisen, so genannte Verhaltensstörungen oder gar in psychisches Leiden übergehen können. Treten solche Konfliktreaktionen nur gelegentlich und vereinzelt auf, kommt ihnen die Bedeutung von Warnsignalen nicht zu. Aber sie machen eine erhöhte Aufmerksamkeit erkennbar. Das ist meistens dann der Fall, wenn der Hund Neues oder Überraschendes wahrnimmt, seine Aufmerksamkeit auf etwas richtet, was für ihn Bedeutung hat, oder auf der ihm möglichen Ebene des Bewusstseins oder in seiner Emotionalität etwas wachgerufen wird. In dem Kasten „Konfliktreaktionen im Gehirn“ werden diese Zusammenhänge kurz gefasst aus neurobiologischer Sicht umrissen.

Betrachten wir all diese Zusammenhänge in Verbindung mit den neueren Einsichten zum Stressgeschehen, so ergibt sich hier ein außerordentlich interessantes Bild von hohem praktischem Erklärungswert.

Lernfördernder und nicht bewältigbarer Stress

Ist beispielsweise ein Welpe einer neuen Situation ausgesetzt, so wird er seine Wahrnehmung auf das fokussieren, was für ihn neu ist und dadurch zunächst Bedeutung hat. Für den wissenden Beobachter kann die erhöhte Aufmerksamkeit beispielsweise auch daran festgestellt werden, dass die Zunge des Kleinen ein- oder zweimal, vielleicht auch dreimal für ca. 0,2 Sekunden herausschnellt und dabei über den Nasenschwamm oder die Oberlippen streicht (so genanntes Züngeln).

Erweisen sich in dieser Gestimmtheit erhöhter Aufmerksamkeit die weiteren Wahrnehmungen und Aktivitäten als positiv, so kann der Welpe sein anfängliches Gefühl der Unsicherheit in Sicherheit wandeln. Seine dabei eingesetzte Aktivität wird damit im Sinne des Lernens am Erfolg belohnt und führt so zu einer wirkungsvollen Verknüpfung und Verstärkung des vorausgegangenen Verhaltens. Es kommt zu einer positiven Gedächtnisbildung, die gleichzeitig auch zur Entwicklung emotionaler Stabilität und Selbstsicherheit, also zu so genannter Wesensfestigkeit beiträgt. Diese Effekte kommen um so leichter zustande, je günstiger die Anfangsbedingungen auf Grund positiver Ersterlebnisse und Ersterfahrungen waren und je häufiger solche Lernsituationen ermöglichen, das Gefühl eigener Bewältigungsfähigkeit entstehen zu lassen.

Aus alledem dürfte klar hervorgehen, dass es jedem Züchter, Welpenbesitzer, Spielgruppenleiter, Hundebesitzer und Ausbilder ein vorrangiges Anliegen sein muss, solche Lerngelegenheiten herbeizuführen, welche als erstes die nötige Aufmerksamkeit im Organismus wecken, um ihm dann tatsächlich wirkungsvolle positive Lerneffekte zu ermöglichen.

Erhöhte Aufmerksamkeit, als mildeste Form von Stress und die sie gelegentlich begleitenden einzelnen Konfliktreaktionen müssen aber ganz klar von jener Häufung oder Kombination von Konfliktreaktionen unterschieden werden, die als Warnsignale eine augenblickliche Belastungssituation anzeigen! Denn es liegt in der Natur des dynamischen Stressgeschehens, dass die erhöhte Aufmerksamkeit - wird sie weiter gefordert oder durch äußere Umstände noch gesteigert - meistens in nicht bewältigbaren Stress übergeht. Die in diesem Fall gehäufte und intensiv, oft auch in Salven auftretenden Konfliktreaktionen (beispielsweise „Züngeln“ etwa fünf- bis sechsmal pro Minute) machen uns auf den bevorstehenden Gefühlswandel hin zum Negativen indirekt aufmerksam. Indirekt

insofern, als es sich um Situationsbegleitende Körperreaktionen handelt und nicht etwa um absichtsvoll kommunizierte Aufforderungssignale.



Die gehäuft und intensiv auftretenden Konfliktreaktionen beschränken sich nicht nur auf das „Züngeln“. Insgesamt sind derzeit etwa 30 verschiedene Signale identifiziert, die auch untereinander kombiniert auftreten können (siehe auch „Hundeverhalten - Das Lexikon“ von Andrea Weidt). Zum besseren Verständnis des Vorgenannten soll an Hand von zwei Beispielen aus der Aufzucht bzw. aus Prägungsspieltagen der entscheidende Unterschied zwischen lernfördernden und nicht bewältigbarem Stress nochmals verdeutlicht werden.

- Ein Welpen erkundet eine absichtsvoll angelegte Wackelstruktur aus eigenem Antrieb erstmalig. Als er darauf herumklettert, überrascht ihn das Wackeln, und er züngelt dabei ein- oder zweimal und verlässt dieses seltsame Ding. Allerdings nur, um es gleich noch mehrmals auszuprobieren und dann dabei in spielerischer Entspannung das eigene Gleichgewicht auszubalancieren. Dieser Welpen hat hier Bewältigungsfähigkeit gelernt und durch die Herausforderung seines Gleichgewichts die Integration seiner verschiedenen Sinneswahrnehmung sowie die Entwicklung seines Körpergefühls gefördert. Er ist innerlich ein ganzes Stück gewachsen.
- Ein Welpen kommt durch die Uneinsichtigkeit seines Besitzers in die Zwangslage, ein Hindernis zu überwinden, welchem er noch nicht gewachsen ist. Ihm konnte bisher noch keine ausreichende emotionale Sicherheit vermittelt werden. Auch in der betreffenden Situation wird ihm von seinem Besitzer weder verfügbare Nähe noch innere Sicherheit vermittelt. Außerdem wird um ihn herum mit ungewöhnlichen Geräuschen gelärmt. Der Welpen züngelt immer wieder mehrfach hintereinander, fängt dann an zu winseln und kläfft schließlich anhaltend. Danach beginnt er herumzuhopsen und macht dabei immer wieder jene typische „Vorderkörpertiefstellung“, die von den Zuschauern freudig - aber falsch - als Spielaufforderung interpretiert wird. Schließlich wird nach längerer Zeit das Ganze abgebrochen und der Welpen energisch aufgefordert, sich hinzusetzen. Das tut er dann auch, kratzt sich nachhaltig hinterm Ohr und zeigt eine deutliche Peniserektion.

Dieser Welpen hat nichts Positives gelernt, was seiner weiteren Lebensbewältigung dienlich ist. Vielmehr „weiß“ er jetzt, wo man Angst haben muss, welche Situationen er künftig meiden und was er von seinem Besitzer halten soll. Die negative Gedächtnisbildung wird als Vorerfahrung hemmend auf sein weiteres Lernen wirken.

Körperreaktionen und Befindlichkeit.

Wer sich mit dem hier dargelegten Stresskonzept in Verbindung mit dem Frühwarnkonzept ein wenig näher befasst, wird erkennen, dass damit für einen innerlich bereichernden Umgang mit dem Hund eine sehr wirkungsvolle und praxiserhaltende Hilfestellung geboten ist. Das zeigen nicht nur die langjährigen positiven Erfahrungen bei einer wissenden und einführenden Lenkung der Verhaltensentwicklung des Welpen, sondern auch die deutlichen Verbesserungen bei der Gestaltung von Ausbildungswegen des reiferen Hundes.

Für jeden einzelnen, dem der Hund und das Verständnis bedeutsamer Lebensvorgänge ernsthaft am Herzen liegt, ist dies durch eigene praktische Anwendung unmittelbar nachvollziehbar. So ist davon auszugehen, dass ein in diesem Sinn tier- und verhaltensgerechter Umgang mit dem Hund zunehmend Verbreitung findet. Schließlich werden ihre Anwender dadurch belohnt, dass sie dabei mehr Freude und Erfolg und vor allem selbst weniger Stress haben.



Treten Konfliktreaktionen gehäuft und intensiv oder auch in ihrer Verschiedenartigkeit kombiniert auf, so ist von einer erheblichen Überforderung durch nicht bewältigbaren Stress auszugehen. Dieser Welpe gähnt und hat zugleich eine Peniserektion.

Dieses Bemühen reiht sich nahtlos in all jene jahrzehntelangen Anstrengungen ein, wie sie beispielsweise durch das Schadensvermeidungskonzept der Nutztierethologie, wissenschaftliche Untersuchungen zur Labor- und Heimtierhaltung vorangetragen und vom Tierschutz eingefordert werden. Dabei dürfte auch vermehrt in unser Bewusstsein dringen, dass die gut beobachtbaren Stress- und Konfliktreaktionen mehr und mehr zur Einschätzung der Befindlichkeit unserer Hunde in den verschiedensten Situationen herangezogen werden können. Für alle, die guten Willens sind, wird das sehr hilfreich sein, für manche Zeitgenossen aber demaskierend. Denn nun werden so manche „sensationellen“ oder „geheimnisvollen“ Praktiken selbstverliebter Gurus in ihrer Methode durchschaubar. Und so wird man genauer darüber nachdenken und diskutieren müssen, ob beispielsweise

Dressurmethoden, die akuten Hochstress erzeugen, weiterhin toleriert werden können.

Manche „Heildressur“ unterscheidet sich kaum von jener lebensbedrohlichen Situation, wie sie den fast ertrinkenden Hunden in Pawlows Versuchsstation ungewollt widerfahren ist. Derartige Stressdressuren stehen jenen Methoden nahe, die als Gehirnwäsche bekannt sind. Dies gilt auch dann, wenn die Betreffenden nicht wissen, was sie tun und solche Abläufe in ihrer unverstandenen neurobiologischen wie auch gesellschaftlichen Wirkung zuweilen gar noch im Fernsehen gezeigt werden. Bei alledem darf aber auch hoffnungsfroh in Erinnerung gebracht werden, wie sehr die Gestaltung günstiger Anfangsbedingungen dazu geeignet ist, die rigorose Logik negativer Affekte in ihrer teuflischen Entfaltung zu verhindern. Damit erübrigt sich gleichzeitig all das, was den gemeinsamen ethischen Wertmaßstäben widerspricht und den Ruf unseres Hundewesens schädigt. Jeder einzelne kann dazu seinen Anteil beitragen.

Hintergrund

KONFLIKTREAKTIONEN IM GEHIRN

Die als angeborene Instinktprogramme mitgebrachten wie auch die im Lauf des bisherigen Lebens gemachten Erfahrungen, auch die bereits erworbenen Handlungs- und Reaktionsmuster, sind im Gehirn in Form charakteristischer Verschaltungsmuster zwischen Nervenzellen und ihren synaptischen Fortsätzen verankert. Man bezeichnet das als „innere Repräsentanzen“ oder-einfacher als „innere Bilder“, Jede Wahrnehmung oder jeder innerer Impuls führt zur Aktivierung eines bestimmten, dazu „passenden“ inneren Bildes Das „Frauchen“ oder „Herrchen“ wird so vom Hund erkannt und ein bestimmtes Handlungsmuster in Gang gesetzt (zum Beispiel freudiges Heranspringen). Bisweilen kommt es aber auch zu Wahrnehmungen (oder es werden Hunde bewusst in Situationen gebracht), wo gleichzeitig zwei innere, zwei verschiedene Verhaltensweisen steuernde Bilder wachgerufen werden. So zum Beispiel, wenn sich ein „Revierfremder“, etwa ein Einbrecher, mit einer wohlriechenden Wurst dem nicht speziell ausgebildeten Familienhund absichtsvoll nähert. Dann gerät der Hund in einen inneren Konflikt: Zwei widerstrebende Bilder „Revier verteidigen“ und „Wurst fressen“ werden aktiviert. Der Hund „weiß“ dann nicht, was er machen soll, er zeigt in solchen Fällen typische Konfliktreaktionen. Die sich in seinem Gehirn ausbreitende Unruhe führt zur Aktivierung einer Stress- und Notfallreaktion, die - wenn sie nicht gelöst werden kann - eine allmähliche Destabilisierung der beide Handlungsmuster steuernden „inneren Bilder“ zur Folge hat. Im Allgemeinen wird dann das komplexere, später verankerte Muster zuerst unbrauchbar. Der Hund hat dann eine höhere Leistung, die er schon beherrschte, wieder verloren. Gleichzeitig führen aber solche lang anhaltenden oder wiederholt auftauchenden inneren Konfliktsituationen zu den bereits im Kasten „Stress als Auslöser für Veränderungen“ beschriebenen, gefährlichen Destabilisierungsprozessen und damit unter Umständen zu dauerhaften Verhaltensstörungen.

Stressreaktionen als Anpassungsprozesse und Warnsignale

- Stressreaktionen nehmen ihren sichtbaren Anfang mit einer erhöhten Aufmerksamkeit. Ob die ausgelöste Reaktionsbereitschaft zu einem wirkungsvollen „Lernen am Erfolg“ führt, oder in nicht bewältigbaren Stress mit eskalierenden Folgen übergeht, hängt wesentlich von den Anfangsbedingungen und Vorerfahrungen ab.
- Wird ein heranwachsendes Lernlebewesen jeweils mit solchen Herausforderungen konfrontiert, die es nach seinem augenblicklichen körperlichen und psychischen Reifegrad bewältigen kann, so erlangt es schrittweise eine hohe Bewältigungsfähigkeit und Stressresistenz. Das gilt prinzipiell auch für angepasst wachsende Herausforderungen im Erwachsenenalter.
- Sind die Anfangsbedingungen ungünstig, die Vorerfahrungen schlecht oder unzureichend, und ist das Maß der herangetragenen Anforderungen zu groß, entsteht nicht bewältigbarer Stress. Die eintretende Überforderung kann zunächst zu angstbedingter Denkhemmung, bei zunehmender Dauer zu Tics, Stereotypen und anderen Verhaltensstörungen führen.
- Nimmt die Dauer und Intensität der Problemsituation extreme Formen an, so kann es neben apathischem Verhalten und Krankheit auch zur Auslöschung bisheriger Verhaltensweisen und sogar zum psychischen Zusammenbruch mit Todesfolge kommen. Stressreaktionen erweisen sich bei näherer Betrachtung als ein sinnreiches Anpassungsgeschehen des Organismus gegenüber seinen aktuellen Lebensumständen und akuten Notfällen. Sie beginnen mit erhöhter Aufmerksamkeit und unterstützen so das Lernen. In Abhängigkeit des weiteren Geschehens kann es aber auch zu angstbedingter Denkhemmung kommen, die im Sinne einer Reduktion auf das Wichtigste dafür sorgt, dass sich der Organismus voll und ganz auf die Notfallreaktion „Kampf oder Flucht“ einstellen kann. Bei weiterer Steigerung in eine anhaltende Extremsituation kann es zur Auslöschung von Gedächtnisinhalten kommen. Sie eröffnet in einer lebensbedrohlichen Situation die letzte Chance, nicht weiter führendes Verhalten aufzugeben und womöglich doch noch einen letzten Ausweg zu finden.
- Stressreaktionen passen sich fortlaufend den Anforderungen, die dem Organismus herangetragen werden, an. Sie werden von deutlich erkennbaren Körperreaktionen begleitet, die dem wissenden Beobachter wertvolle Hinweise über die augenblickliche Befindlichkeit seines Hundes geben. Bereits bei erhöhter Aufmerksamkeit werden so genannte Konfliktreaktionen (z.B. „Züngeln“) vereinzelt sichtbar. Sie nehmen im Falle beginnender und dann weiter fortschreitender Überforderung an Häufigkeit, Intensität und Dauer zu und signalisieren damit indirekt nicht bewältigbaren Stress. Konfliktreaktionen werden in diesem Fall zu Warnsignalen.
- Durch die Beachtung von Konfliktreaktionen kann frühzeitig lenkender Einfluss auf die Gestaltung erwünschter Lernprozesse genommen werden. Dies gilt insbesondere für die damit einhergehende Lenkung zur bestmöglichen Verhaltens- und Wesensentwicklung des Welpen und des weiter heranwachsenden Hundes. Der Erfolg wird am ehesten daran sichtbar, dass Hunde nach einem entwicklungsgerechten Aufbau ihrer Verhaltensleistungen kaum gehäuft Konfliktreaktionen im Sinne von Warnsignalen zeigen.
- Unsere Hunde spiegeln in deutlich sichtbarer Weise ihre positiven, vor allem aber ihre negativen Stresserfahrungen wider. Umgangsformen mit dem Hund, die methodisch zu gehäuften und intensiven Konfliktreaktionen und Erregungszuständen führen, sind zumindest fragwürdig, oft aber auch selbstentlarvend.
- Dort, wo man guten Willens ist, wird sowohl das Stress- als auch das Frühwarnkonzept eine verlässliche praktische Hilfe im tiergerechten Umgang mit dem Hund sein. Dort, wo es anders ist, werden gemeinsame Anstrengungen die richtigen Wege finden lassen.