

Training mit Angsthunden

Ohne Angst lebt es sich leichter

VON SABINA PILGUJ



Nach einer Einführung in das Training mit Angsthunden in der vorigen WUFF-Ausgabe (4/2012) beschreibt Sabina Pilgúj nun ausführlich ein konkretes Beispiel aus ihrer praktischen Arbeit. Anhand der Hauptprobleme des Greyhounds Santino stellt die Autorin Schritt für Schritt den Trainingsaufbau vor.



Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, mit einem Angsthund zu trainieren, im Folgenden ein Beispiel aus der Praxis: Der Greyhound Santino zählt zu einem meiner bewegendsten Fälle. Dies deshalb, weil seine Angstauslöser sehr unterschiedlich und verschieden waren.

Problematische Ausgangslage

1. Als der Hund zu mir kam, war er extrem scheu und zeigte auch eine große Angst vor Männern und vor Berührung.
2. Dinge, die stockähnlich aussahen, beispielsweise ein Besen, lösten bei Santino Panik aus. Aufgrund dieser Reaktionen des Hundes war anzunehmen, dass er möglicherweise von männlichen Personen mit stockartigen Gegenständen misshandelt worden war.
3. Die große Furcht und Panik vor Zweirädern ließ ein grobes Training am Moped o.ä. vermuten. Denn in Spanien, wo Santino herkam, werden Windhunde für die Jagd so trainiert, dass sie zum Aufbautraining der Muskulatur oft am Moped „mitgezogen“ werden.
4. Ein weiteres Problemfeld waren Artgenossen. Es war bekannt, dass Santino in Spanien im Tierheim mehrmals gebissen worden war. Sah oder bloß roch er fremde Artgenossen, flippte er vor Angst total aus. Ich ging davon aus, dass es in den Wochen im Tierheim zu schweren traumatischen Erfahrungen mit anderen Hunden gekommen sein musste.



Mit Vertrauen und Geduld konnte diese Podencohündin, deren Schnauze mit einem Draht zugeschnürt worden war, ihre traumatische Erfahrung auflösen.

Trainingsansatz Schritt für Schritt

1. Männer- und Berührungsangst

Mein Vorteil war, dass sich der Hund von mir berühren ließ. Dadurch reduzierte sich seine Körperspannung (der Greyhound war im Rückenbereich extrem verspannt) und ich konnte mit einem körperlich entspannten Hund trainieren.

Die Berührung war die Basis für den Aufbau einer vertrauensvollen Bindung. Ein Vorteil war auch die Anwesenheit meines Mannes und meines Sohnes. Beide zeigten sehr viel Geduld und haben den Hund niemals bedrängt. Das ist für ängstliche Hunde sehr wichtig, denn eine unsensible Annäherung kann leicht ein angstaggressives Verhalten auslösen. Rasch fasste der Greyhound Vertrauen zu meinem Mann und Sohn und näherte sich ihnen von alleine an. Bei fremden männlichen Personen zeigte er sich anfangs noch scheu, wurde aber zunehmend sicherer und interessierter. Nach ein paar

Monaten ließ er sich auch von fremden Männern berühren. Vertrauen, Geduld, ein sicherer Rückzugsort und ein entspanntes Umfeld sind gute Voraussetzungen.

Der Hund hat durch Sicherheit und Vertrauen ein neues Verhalten gelernt.

2. Angst vor Stöcken

Die große Angst vor allen stockartigen Gegenständen konnte ich bei Santino mittels Desensibilisierung und positiven Neuerfahrungen auflösen. Ganz langsam und mit sehr viel Geduld habe ich den Hund an stockartige Gegenstände herangeführt. Da er auf Stöcke oder Besenstiele sofort sehr heftig reagierte, ließ ich mir eine andere Variante einfallen und begann das Training mit einer Wasserschlange. Der Hund war dabei angeleint und in den ersten Trainingseinheiten lag mein Hilfsmittel nur am Boden. So ein Training muss in sehr kleine Trainingseinheiten zerlegt werden,

denn beim Heranführen an den entsprechenden Angstauslöser bewegt man sich immer auf einem sehr schmalen Grat. Der Hund soll ja zwar mit dem Angstauslöser in Kontakt kommen, aber dabei keinen unnötigen Stress erfahren. Ein zu hoher Stresslevel lässt kein Lernen und damit auch keine positive Verknüpfung zu, wie die Lernforschung belegt. Durch meine Ansprache und die Belohnung durch Leckerlis wurde jede Annäherung an den Angstgegenstand, hier die Wasserschlange, positiv bestätigt (siehe Fotostrecke unten).

Ich habe in sehr kurzen Trainingseinheiten gearbeitet, um den Hund nicht zu überfordern, dies dafür aber mehrmals am Tag. Durch die Desensibilisierung, d. h. der Gegenstand tut mir nichts, und durch die Bestätigung des neuen Verhaltens, d. h. Kontaktaufnahme des Hundes, fand eine Neukonditionierung statt, die ein dauerhaftes Umlernen möglich machte.

Nach ein paar Monaten konnte ich schon mit einer sog. Reizangel (ein Stock mit daran angebundener Spielzeug) mit dem Hund spielen. Der Stock konnte sogar über dem Hund schwingen. Er zeigte keinerlei Furcht vor dem Stock, im Gegenteil, das Spiel war für ihn eine große Freude.

3. Training am Fahrrad

Ein weiterer Trainingsschritt war für mich sehr wichtig. Da Greyhounds Sprinter sind, ist es ihnen ein Grundbedürfnis, zu laufen.



Vom angstbesetzten Meideverhalten zur Annäherung.

Fotos: Ricardo Pilguy

Wissenschaftliche Untersuchungen haben belegt, dass Bewegung und Laufen für Menschen mit ängstlichen oder depressiven Verstimmungen eine gute Unterstützung sein kann. Dies wollte ich mir beim Training mit meinem Angsthund zunutze machen. Da der Greyhound mir bereits sein Vertrauen geschenkt hatte, war es keine große Schwierigkeit, ihn in Verbindung mit meiner Person an das Fahrrad zu führen. Spannend war, dass es anfangs auch nur mit mir als Bezugsperson geklappt hat. Dann erfolgte das Aufbaustraining, ihn am langsam geschobenen Rad zu führen und diese Erfahrung mittels Leckerlis positiv zu bestätigen. Dann habe ich den Schritt gewagt und bin einfach losgefahren. Zuerst langsam, und dann richtig, in schnellem Tempo. Und meine Idee ging auf: Der Hund lief am Fahrrad und schien auf einmal wie verwan-

delt. Plötzlich bekam sein Körper eine Spannung, die Augen schienen zu strahlen und er lief und lief, sicher gehalten von mir an der Leine. Seine Lebensfreude und Energie war neu erweckt worden. Das Laufen am Fahrrad war danach kein Problem mehr.

4. Angst vor Artgenossen

Wie schon eingangs geschildert, zeigte Santino heftige Panikreaktionen, sobald er einen fremden Artgenossen auch nur riechen konnte. Die ersten Spaziergänge waren daher eine große Herausforderung. Begegneten uns andere Hunde, gebärdete er sich an der Leine wie ein Wildpferd. Einer meiner ersten Schritte war, dass ich ihn beispielsweise auf mein Schnalzen konditionierte und mit vielen Leckerlis als positive Verstärker arbeitete. Nach einigen Wochen konnte ich durch leichtes Schnalzen

bereits jederzeit seine Aufmerksamkeit auf mich lenken. Dies war eine gute Basis, um ihn aus einer Panikreaktion herauszuholen und ihn damit für eine Ansprache überhaupt erst zu erreichen. Manchmal tat ich dies schon vorausschauend, um die Panikreaktion bei herannahenden Artgenossen erst gar nicht aufkommen zu lassen. Nach einigen Monaten mit täglichem und sehr intensivem Training war er so weit, dass er gut auf mein Schnalzen Blickkontakt zu mir aufnahm und entspannt sitzen blieb, wenn uns fremde Hunde begegneten. Sie mussten sich uns allerdings schon von weitem sichtbar nähern. Tauchten sie nämlich unerwartet auf und kamen sie ihm zu nahe, geriet Santino noch lange Zeit in Panik. Im Laufe der Zeit wurden auch diese Reaktionen immer weniger heftig.



Fotos: Ricardo Pilguy

Aufnahmesequenz, an der man erkennen kann, wie sich ein misshandelter Hund das erste Mal anvertraut.

Posttraumatische Belastungsstörung

Durch meine Beobachtungen und beruflichen Kenntnisse aus der Psychotherapie ordne ich Santinos Verhalten einer posttraumatischen Belastungsstörung zu, wie sie in einer amerikanischen Studie den Hunden auch zugesprochen wird (Burghardt 2009). Dabei wird der Hund durch einen entsprechenden Trigger, also einen Auslöser, in seiner Verarbeitungsfähigkeit und in seinem Verhalten stark eingeschränkt. So war es auch bei Santino. Die Schwierigkeit bei einem Hund mit einer posttraumatischen Belastungsstörung ist der therapeutische Ansatz. In einer Traumatherapie wird eine Umbewertung angestrebt, so Prof. Dr. Hüther, Neurobiologe an der Universität Göttingen. Das alte Trauma soll mit neuen Erfahrungen überschrieben werden, diese werden im sog. präfrontalen Cortex,

einem wichtigen, für alle Lernprozesse verantwortlichen Gehirnbereich verankert. Dies ist beim Menschen einfacher, weil man mit ihnen reden kann. Bei Hunden fehlt dieser kognitive Ansatz. Das erschwert das Training mit einem traumatisierten Hund (s. Teil 1 in WUFF 4/2012). Eine sehr gute Unterstützungsmöglichkeit ist der körpertherapeutische Ansatz, d. i. ein Weg über das Berühren und Wahrnehmen. Entspannung und alles ein wenig langsamer anzugehen ist bei einem traumatisierten Hund sehr wichtig, denn er lebt in einer permanent erhöhten Erregung. Traumatisierte Hunde erfahren dadurch einen Zugewinn an Lebensqualität.

Nicht alles ist ein seelisches Trauma

Nicht jede heftige Erfahrung ist gleich ein seelisches Trauma. Als ich von dem Schicksal der Podenca Mojito hörte und die Fotos sah, war mein erster Gedanke, die Hündin müsste bei der schlimmen Erfahrung und den erlittenen Schmerzen schwerst traumatisiert sein. Die Podencohündin (siehe Foto) war in Spanien aufgefunden worden, die Schnauze mit einem Draht zugeschnürt. Es lässt sich vermuten, dass sie verdursten bzw. verhungern sollte. Allein durch Zeit, Geduld, Vertrauen und liebevolle Zuwendung seitens ihrer Bezugspersonen konnte sie ihre schrecklichen Erfahrungen ablegen und sich den Menschen neu anvertrauen. Das zeigt, dass sich Ängste und Schmerzerfahrungen auch von manchmal „wie von Zauberhand“ alleine lösen können. Inzwischen liebt sie es sehr, von Menschen gestreichelt zu werden. 🐕

Literatur:

- Walter F. Burghardt, Studie 2009, PTSD in Military working dogs
- Temple Gradin, Ich sehe die Welt wie ein frohes Tier, Ullstein Verlag 2005
- Joseph LeDoux, Das Netz der Gefühle, dtv 2010
- Gerald Hüther, Biologie der Angst, Wie aus Stress Gefühle werden, Vandenhoeck & Rubrecht 2009



Fotos: Ricardo Pilgaj

sonen konnte sie ihre schrecklichen Erfahrungen ablegen und sich den Menschen neu anvertrauen. Das zeigt, dass sich Ängste und Schmerzerfahrungen auch von manchmal „wie von Zauberhand“ alleine lösen können. Inzwischen liebt sie es sehr, von Menschen gestreichelt zu werden. 🐕

Vorgestellt:

Die Autorin **Sabina Pilgaj** arbeitet als Hundeverhaltensberaterin und Tierpsychologin (ATN). Sie ist psychotherapeutische Heilpraktikerin, Yogalehrerin und Buchautorin. Dog Reläx® ist eine von ihr entwickelte und geschützte Methode, mit der sie Mensch und Hund zu einem „entspannten Miteinander“ verhelfen möchte. Ihr Arbeitsschwerpunkt ist das Training „Viva la vida“ mit Angsthunden und traumatisierten Hunden, um ihnen ein lebenswertes Leben zu ermöglichen.

■ www.dog-relax.com



Ohne Angst lebt es sich eindeutig besser ...