

Ganz ohne Stress rund um das Thema Stress und Stressabbau und -bewältigung

Auch in diesem Jahr hatte der Verein Lichtblicke e. V. eine mehrtägige Fortbildungsveranstaltung ausgeschrieben.

Der Tradition folgend, fand diese am Himmelfahrtswochenende im Anschluss an die Jahreshauptversammlung im Hotel „Berghof“ in Petersberg bei Fulda statt. Dazu trafen sich 15 Führerinnen, teilweise mit sehender Begleitung.

Ursprünglich war vorgesehen, dass Frau Dorothee Schneider mit einem Vortrag zum Mentaltraining, dessen Einsatzmöglichkeiten, Wirkungsweise und Anwendung im Alltag am Donnerstagnachmittag die Fortbildung eröffnet. Sie sagte jedoch kurzfristig krankheitsbedingt ab. Frau Sabine Seuffert (Tierärztin und Verhaltenstherapeutin) - eine der beiden für den nächsten Tag vorgesehenen Referentinnen - übernahm daraufhin freundlicherweise zusätzlich die erste Fortbildungseinheit, stellte diese jedoch unter eine andere Thematik.

Sie sprach darüber wie wichtig es ist, dass ein Hund in seinem Zuhause und Umfeld von Anfang an eindeutige Ja- und Nein-Regeln und Normen kennen lernt, welche für ihn dauerhaft Bestand haben und von seinem Menschen stets konsequent eingehalten werden müssen. Dies gilt auch, wenn z. B. Blindenführhunde zum künftigen Halter wechseln - wenngleich diese Hunde vor bzw. während der Ausbildung bereits eine Sozialisierung/Grunderziehung erfahren haben.

Frau Dr. Seuffert brachte uns in ihrem Vortrag näher, wie ein Hund in verschiedenen Situationen lernt. Dazu führte sie auch zahlreiche Beispiele an.

Außerdem sind für ihn die Bindung zu seinem Menschen, die Rangordnung, regelmäßige körperliche Bewegung und geistige Beschäftigung wichtig. All dies ist für Blindenführhunde von besonderer Notwendigkeit, denn sie brauchen dringend einen Ausgleich zur anstrengenden, hochkonzentrierten Führarbeit. Leider, so führte Frau Dr. Seuffert aus, verkommen viele Führhunde nach der Einarbeitung, weil sie zunehmend als Familienhunde genutzt und kaum gefordert werden. Wichtig ist aber, das in der Ausbildung Gelernte weiter zu festigen bzw. auszubauen, sich und dem Hund Herausforderungen zu stellen (ggf. Erarbeitung neuer Wege). Ist einem dies - aus welchen Gründen auch immer - nicht möglich, sollte der Hund trotzdem geistig beschäftigt werden, z. B., indem man ihm Tricks beibringt.

Die Bindung zum Hund wird auch durch das Spielen gefestigt. Unsere Referentin erläuterte unterschiedliche Arten (körperliche Spiele - z. B. Raufspiele; Spiele mit einem Objekt - z. B. Zerrspiele mit einem Seil oder Spiele mit einem Objekt, welches sich von einem weg befindet [Ball, Frisbee usw.]) Letzteres ist allerdings für Blinde sehr schwer umzusetzen, zumindest dann, wenn der Hund nicht gelernt hat, ein geworfenes Spielzeug zurückzubringen. Für diesen Personenkreis erscheinen vorerst Suchspiele in der Wohnung - später auch im Freien - wesentlich geeigneter. Diese lassen sich ohne großen Aufwand gestalten (einige Beispiele wurden erklärt). Möglicherweise lernt der Hund dadurch auch, geworfene Bälle u. Ä. zu apportieren. Zum Abschluss der ersten Fortbildungseinheit konnten sich alle Teilnehmer verschiedene Hundespielzeuge ansehen (Behältnis, in dem Futter versteckt werden kann, Kongs, füllbare Dummies...)

Am Vormittag des zweiten Fortbildungstages vermittelte uns Frau Dr. Seuffert ein allgemeines Grundlagenwissen zum Thema Stress und Angst beim Hund, zwei untrennbare Komponenten.

Die Referentin erläuterte anhand von Beispielen die Begriffe Angst, Furcht und Stress. Sie sprach dann über die verschiedensten Reaktionsweisen und Taktiken des Hundes bei Angst oder Furcht. Interessant war, zu erfahren, dass ein Hund diese im Alter auch ändern und möglicherweise aggressivere Reaktionen einsetzen kann. Frau Dr. Seuffert erklärte weiterhin ausführlicher, welche körperlichen Signale ein Hund in Angst- oder Furchtsituationen einzusetzen vermag (zittern, Lautäußerungen, speicheln, Enddarm- oder Blasenleerung, etc.)

Anschließend wurden Ursachen, die beim Hund zu Angst usw. führen können, genannt. Ängste können angeboren sein (erblich bedingt) oder sich aus anderen Gegebenheiten entwickeln (ungeeigneter Kontakt zu den späteren Sozialpartnern Mensch und Hund, insbesondere während der Sozialisationsphase in den ersten neun Lebenswochen, unzureichende Gewöhnung an die Umwelt/Außenreize, insbesondere in der Welpen- und Junghundphase und ein genereller Mangel an sensorischen Reizen während der ersten Lebensmonate). Hinzu kommt die Tatsache, dass Hundebesitzer die Angst oder Furcht ihrer Tiere unbeabsichtigt verstärken, indem sie entweder in beruhigender, tröstender Absicht auf sie einreden oder - vielleicht selbst ängstlich oder unsicher - anfangen zu schreien. Der Hund verknüpft unsere Reaktion auf sein si-

gnalisiertes Stressverhalten mit der für ihn in diesem Moment bestehenden Situation und wird unser gut gemeintes beruhigendes Zureden als Lob und Schimpfen als Strafe empfinden, d. h., sein Verhalten weiter daran orientieren. Die Stimmungen des Besitzers übertragen sich immer auf seinen Hund bzw. werden von ihm wahrgenommen. Frau Dr. Seuffert gab nachfolgend einige Tipps, wie man sich in auslösenden Situationen richtig verhalten sollte, um Stress für den Hund (und sich selbst) weitestgehend zu vermeiden. Wichtig dabei: Jeder sollte frühzeitig auf die Signale seines Hundes achten und entsprechend schnell und ausweichend handeln.

Furcht und Ängste können aber ebenfalls durch gesundheitliche Probleme oder das Verhalten von Artgenossen hervorgerufen und/oder verstärkt werden.

Ein Hund kann Ängste ebenfalls generalisieren. Als Beispiel wäre hier der Tierarztbesuch zu nennen. Der ursprüngliche Angstauslöser ist in diesem Fall der Tierarzt mit seiner Kleidung. Das Angstgefühl beim Anblick des Tierarztes wird von dem Hund sofort mit schmerzhaften Erfahrungen (Impfung usw.) verknüpft, die er ggf. auch mit allen Praxisräumlichkeiten und deren Umgebung verbindet, was ihn massive Ängste und Signale zum Ausdruck bringen lässt. Als nächsten Punkt umriss Frau Dr. Seuffert kurz die Thematik der Phobie, die auch beim Hund auftreten kann. Diese kann – im Gegensatz zu Angst und Furcht – durch normales Training nicht therapiert werden und bedarf einer medikamentösen Behandlung. Als Ursachen für Phobien nannte die Referentin z. B. genetische Dinge oder einmalige traumatische Erlebnisse.

Weiterführend ging Frau Dr. Seuffert auf den Schwerpunkt Stress ein. Als Stressoren (Stressauslöser) gelten u. a. Wahrnehmungen in der belebten Umwelt (andere Tiere, Artgenossen, Menschen), Wahrnehmung in der unbelebten Umwelt (Wettereinflüsse, Geräusche, sich bewegende oder nicht bewegende Objekte), interne Faktoren (Hormone bei unkastrierten Rüden oder läufigen Hündinnen), Überforderung (Schmerzen, Krankheit, Müdigkeit, Erschöpfung). Trotzdem ist ein gewisses Maß an Stress für die gesamte Entwicklung eines Hundes wichtig – er wird schon als Welpen damit konfrontiert.

Der Hundebesitzer sollte seinem Vierbeiner Lösungsmöglichkeiten anbieten, um Stress bestenfalls zu umgehen bzw. diesen so gering wie möglich zu halten. Stress kann mitunter schnell wieder reguliert werden, tritt aber durchaus auch als Dauerreaktion auf, was unter Umständen ernsthafte körperliche Folgen/Reaktionen nach sich ziehen kann. Die Stressbewältigung ist individuell unterschiedlich: Manche Hunde gehen gut damit um, andere wiederum nur schlecht. Als Nächstes sprach Frau Dr. Seuffert über die Lernfähigkeit von Hunden bei Angst und Stress. Grundsätzlich ist festzuhalten, dass die Emotionen Angst und Stress ganz klar dominieren, sodass ein zumindest aktives Lernen in diesen Momenten nicht möglich ist bzw. Trainingserfolge verringert werden. Es ist grundlegend wichtig einzuschätzen, wie stark Umwelteinflüsse das Lernen beeinträchtigen können, was jedoch meist verkannt wird. Es sollte also versucht werden, den Hund – wie bereits an anderer Stelle erwähnt – abzulenken, um dann mit ihm weiter zu arbeiten.

Danach vermittelte Frau Dr. Seuffert Basiswissen zur Körpersprache des Hundes. Dies ist für den Besitzer von besonderer Bedeutung, um Angst und Stress richtig erkennen zu können. Dabei ist der Hund in seinem kompletten Erscheinungsbild zu betrachten. Die Referentin beschrieb die verschiedensten Ausdrucksweisen und Körperhaltungen ausführlich (im Normalausdruck, bei Unsicherheit, bei aktiver und passiver Unterwerfung, bei Abwehdrohung).

Abschließend wurde den Teilnehmern die Möglichkeit eingeräumt, hieraus entstandene Fragen zu stellen. Darüber hinaus gab Frau Dr. Seuffert noch verschiedene Tipps.

Die Ausgestaltung des Nachmittags lag in erster Linie in den Händen von Claire Trauth. Sie beschäftigt sich seit 1985 mit Blindenführhunden, absolvierte zunächst in Großbritannien eine Ausbildung zur Führhundtrainerin und arbeitet seit 1995 als Teil der Führhundschiule von Frau Dr. Susanne Grünberger.

Ihren speziell am Hauptschwerpunkt „Führarbeit und Stress“ orientierten Fachvortrag gliederte sie in verschiedene Teilgebiete. Anzumerken ist, dass sich dabei angeführte Praxisbeispiele in Punkto Welpenauswahl, Aufzucht und Ausbildung durchgängig auf das in „ihrer“ Führhundschiule angewandte Konzept stützten. Einige Ausführungen deckten sich mit denen aus den Vorträgen von Frau Dr. Seuffert, sodass an dieser Stelle nicht noch einmal vertiefend darauf eingegangen werden soll.

Zu Beginn äußerte sie sich dazu, welche Eigenschaften, Voraussetzungen, etc. ein Hund überhaupt besitzen muss, um den Stress, den die spätere Führarbeit oft mit sich bringt, bewältigen

zu können. Sie erläuterte das Auswahlverfahren von Welpen und fasste dabei wichtige Beobachtungskriterien und Methoden zusammen. So wird der sechs Wochen junge Welpen beim ersten Besuch des Ausbilders beim Züchter u. a. in seinem Wesen, seinem Verhalten anderen gegenüber (auch in fremder Umgebung), nach seinem Lernwillen, seinem Charakter usw. beurteilt. Schon zu dieser sehr frühen Zeit kann von einem erfahrenen Ausbilder recht gut eingeschätzt werden, ob das Tier zu Stress, Ängsten, Aggressionen usw. tendiert und "ausgemustert" werden muss oder ob er die Voraussetzungen für die Ausbildung zum Blindenführhund mit sich bringt.

Die wichtigste Phase ist die Integration in die Patenfamilie und das damit verbundene Junghundetraining. Patenfamilie und Führhundschiule stehen dabei in einem kontinuierlichen Austausch und sprechen die Verfahrensweise miteinander ab. Die Junghunde müssen anfangs so viele unterschiedliche Alltagssituationen wie nur möglich erleben und Umwelterfahrungen sammeln, ohne dabei jedoch vollkommen überfordert zu werden. Die Hauptverantwortung dabei tragen die Junghundetrainer/Patenfamilien. Als Grundsatz bei der Arbeit mit Hunden, so hob Frau Trauth besonders hervor, gilt, sich zu verinnerlichen, dass der Hund kein Mensch in Tiergestalt ist.

Trotz einer optimalen Junghundearbeit kann ein Hund zu einem späteren Zeitpunkt noch Ängste entwickeln (z. B. vor dem Treppensteigen). Traumatische Erlebnisse können einen Hund ebenso beeinflussen, wobei die Tiere unterschiedlich damit umgehen – Frau Trauth erläuterte dies anhand verschiedener Erfahrungsbeispiele.

Ein weiterer wesentlicher Faktor ist, mit dem Hund ständig Unterordnung zu üben. Dies sollte keinen Zwang beinhalten, kann auch gern spielerisch oder mit der Pflege verknüpft werden.

Das Timing hinsichtlich der Belohnung des Hundes (Lob, ggf. Leckerchen) ist genau zu beachten und hat unmittelbar dann zu erfolgen, wenn der Hund das vom Ausbilder/Besitzer Geforderte ausgeführt hat.

Im nächsten Teil beschäftigten wir uns intensiver mit Stresssituationen im Rahmen der Führarbeit. Als Erstes wäre hier die Zeit der Einschulung mit dem künftigen Führhundhalter zu nennen, welche für alle Beteiligten, insbesondere für die Hunde, Stress bedeutet (anderer Halter, andere Umwelt, andere Alltagsroutine). Frau Trauth erklärte anhand der in „ihrer“ Führhundschiule angewandten Praxis, wie diese Stresssituation minimiert werden kann (vorheriges Kennenlernen von Hund und Halter, Einschulung zunächst am Ort der ausbildenden Schiule, um die Bindung zum künftigen Besitzer herzustellen...) Am allerwichtigsten ist aus Sicht unserer Referentin allerdings das gegenseitige Akzeptieren und Vertrauen zwischen Führhundtrainer und Führhundhalter, nicht nur während der Zeit der Einarbeitung mit dem ausgebildeten Hund, sondern auch im Vorfeld und auf dem weiteren Weg.

Weiterhin gab sie Tipps, was insbesondere in der Anfangszeit mit dem neuen Hund von allen Beteiligten (auch sehenden Angehörigen, Freunden, etc.) zu beherzigen ist.

Dann wäre natürlich die Gespannprüfung als Stresssituation für Hund und Halter anzuführen. Nach Meinung von Claire Trauth erscheint es besonders sinnvoll, wenn zwischen dem Führhundhalter und dem Gespannprüfer vorab ein Telefonat – noch besser ein persönliches Gespräch – erfolgt, um bestimmte Dinge und Befindlichkeiten abzusprechen (z. B. in welchem Abstand soll der Prüfer aus Sicht des zu prüfenden Gespanns laufen). Auf diese Weise kann der Stress schon von vornherein gemindert werden. Darüber hinaus gab sie aus ihrer Sicht weitere Tipps, um die Gespannprüfung möglichst stressfrei – auch für den Hund – zu gestalten. Gewissermaßen abweichend vom ursprünglichen Thema nutzten wir die Möglichkeit, allgemeine Fragen in Bezug auf die Gespannprüfung zu stellen und diskutierten diese mit der Referentin.

Des Weiteren sprachen wir über sonstige Stresssituationen für Blindenführhundehalter, die sich natürlich auch auf unsere Hunde übertragen, z. B. Tod oder Ankunft eines Familienmitgliedes oder -hundes, Vorbereitungen für eine Urlaubsreise, Tierarztbesuch usw. Auch an dieser Stelle gab Claire Trauth verschiedene hilfreiche Hinweise an uns weiter.

Zum Abschluss des zweiten Fortbildungstages wurde eine offene Gesprächsrunde gestaltet. Die Teilnehmer äußerten sich über verschiedene Problemsituationen (in erster Linie bezogen auf die Führarbeit, aber auch zum Verhalten außerhalb des Führens) und erhielten von den Referentinnen Sabine Seuffert und Claire Trauth fachkundige Ratschläge. Aber natürlich beantworteten sie auch andere hundebezogene Fragen.

Am dritten Tag begrüßten wir zunächst Frau Dipl.-Biologin und zertifizierte LIND-Art®-Trainerin und -Tutorin Sabine Gaipl, die mit ihrer Helferin, Frau Bruni Neuwerth, die Hundeschule „Eifel-

pfote“ (im Internet unter <http://www.eifelpfote.de> zu finden), führt, als Referentin. Ziel war es, mit ihrer Unterstützung das Spiel mit dem Hund dazu zu nutzen, um die Hunde zu entspannen und ihnen Möglichkeiten des Ausgleichs zu geben. Damit sollten keine Ausbildungsziele verknüpft, sondern eine verbesserte Mensch-Hund-Beziehung mit der Schaffung von Freude/Bewegung für den Vierbeiner erlangt werden. Dabei soll der Mensch für den Hund als Sozial- bzw. Team-Partner immer mehr an Bedeutung gewinnen.

Um dies zu erreichen, war zu Beginn jedoch die Vermittlung eines theoretischen Grundwissens unumgänglich.

Zunächst erzählte Frau Gaipf über den Österreicher Ekard Lind und über das Ziel, welches er mit der Entwicklung seiner Methoden verfolgt: eine neue Form der gewaltfreien Ausbildung zu schaffen, die den Hund als Partner des Menschen sieht (Team-Balance) und das harmonische, ausgeglichene Team bzw. dessen Bindung fördert. Dadurch soll auch eine gewisse Unablenkbarkeit des Hundes bei der Arbeit mit seinem Menschen erreicht und er zum freien Spiel motiviert werden. Gestützt auf diese Säulen führt Ekard Lind's Team-Ausbildung von der Unter- zur Einordnung, ohne dabei die Rangordnung in Frage zu stellen. In ihre allgemeinen Basisausführungen integrierte Frau Gaipf mehrere vertonte Videoausschnitte. Diese beinhalteten zusätzlich erklärende Beispiele und erläuterten, wie Ekard Lind seine Forschungsarbeiten zum Spiel von Hunden auf das Spiel zwischen Mensch und Hund übertragen hat.

Frau Gaipf selbst ging in ihrem Vortrag ausführlicher auf die Erläuterung des Begriffes Motivation ein: ein Prozess, welcher Handlungen in Gang setzt, durchaus auch unterstützt durch Belohnung mit Leckerchen. Ein Hund kann sich aber z. B. durch Spielen auch selbst belohnen. Wenn dem Hund Aufgaben gegeben werden, soll er dabei weder unter- noch überfordert werden und Neues schrittweise und unter Vermeidung von Motivationsstörungen erlernen.

Danach stellte sie konkret die Beziehung von Mensch und Hund dar und nannte die dafür notwendigen Säulen: gegenseitiges Vertrauen, Kommunikation und Rangordnung. Diese erläuterte unsere Referentin, ausgehend vom Beispiel der Blindenführhunde und orientiert an den Möglichkeiten der LIND-Art®.

Nachfolgend stellte uns Frau Gaipf die zur Verfügung stehenden sechs Motivationsbereiche vor (Haltung und Bewegung, Berührung, Akustik, Mimik und Gestik, Futterspiel und Spielbeute). Sie ging intensiver auf die drei Motivationsbereiche ein, die bei den späteren praktischen Übungen von besonderer Bedeutung waren. Abschließend gab Frau Gaipf erste allgemeine Hinweise zu den vorgesehenen Spielen.

Nun war endlich der Zeitpunkt gekommen, wo sich unsere Hunde ebenfalls aktiv am Fortbildungsgeschehen beteiligen durften. Es wurden drei Kleingruppen, bestehend aus fünf Führgruppen, gebildet, die im Rotationsverfahren für ca. eine Stunde unter fachkundiger Anleitung von Frau Gaipf und Frau Neuwerth Spielideen nach LIND-Art® einzeln mit ihren Hunden ausprobieren. Diese wurden zuvor kurz erklärt.

Zunächst praktizierten wir Schmuse- und Kontaktspiele (erst in der eher ruhigen, dann in der etwas robusteren Form), animierten unsere Hunde danach, in der Hand gehaltene Leckerchen zu verfolgen und belohnten sie schließlich damit und setzten zum Schluss Beutespiele mit Hundespielzeugen um. Wir bekamen darüber hinaus noch praktische Tipps zum Kauf von geeignetem Hundespielzeug. Beide Referentinnen schilderten während der praktischen Übungen sehr anschaulich, wie die Hunde das Spiel annahmen und sich dabei verhielten.

In der Zwischenzeit beschäftigte Frau Andrea Bartsch (TTEAM-Practitionerin II) die zwei nicht-spielenden Gruppen gemeinsam. Sie hatte sich auf verschiedene zum Schwerpunkt Stress und Stressbewältigung passende Inhalte vorbereitet. Aus diesen Vorschlägen konnten die Beteiligten ein Thema aussuchen. So stellte sich eine Gruppe z. B. das Ziel, Lösungsmöglichkeiten für eine alltägliche Stresssituation zu erarbeiten (Durchatmen - Akzeptanz der Situation mit allem, was damit einher geht - Vertrauen zu sich selbst oder seinem Hund entwickeln, dass sich eine Lösung finden wird - Überlegungen, welcher Weg möglich und machbar ist.)

Nach Durchlauf aller Gespanne konnte am Abend zufrieden eingeschätzt werden, dass diese parallel laufenden Praxiseinheiten in den kleinen Gruppen optimal waren und sowohl von den 2- als auch 4-beinigen Fortbildungsteilnehmern mit großer Begeisterung angenommen wurden. Die Hunde haben sich, was die Spielstunde(n) betraf, kaum von den anderen Hunden/Einflüssen ablenken lassen und sich im Wesentlichen auf ihre Besitzer und die Spiele mit ihnen konzentriert.

Allen Führhundgespannen wurde am Abend eine Teilnahmeurkunde für ein LIND-Art®-Seminar überreicht.

Der Vormittag des Abschlusstages war – auch dies wurde inzwischen zur Fortbildungstradition – der zusammenfassenden Auswertung und Kritik vorbehalten. Des Weiteren wurden erste Vorschläge für die Fortbildung 2008 gesammelt.

Was auf keinen Fall unerwähnt bleiben soll:

Bei durchwachsenem Wetter konnten wir unseren Hunden in den sehr gut bemessenen Pausen und während sonstiger Freiräume ausreichend Gelegenheit bieten, sich in kleineren oder größeren Gruppen ordentlich auszutoben, miteinander ausgelassen zu spielen und viel zu laufen.

Nicht nur unsere Vierbeiner (10 Labrador Retriever, 3 Schäferhunde, 1 Australian Sheppard und ein Border Collie) waren ein gut verträgliches, harmonisches Rudel. Auch die dazugehörigen Frauchen und Herrchen sowie deren Begleitungen bildeten ein tolles Team. Die freie Zeit wurde von allen Beteiligten, einschließlich der Referentinnen, für angeregte Unterhaltungen und gemütliches Beisammensein genutzt.

Ein herzliches Dankeschön geht an dieser Stelle an alle, die zum Gelingen dieser Fortbildung beigetragen haben:

Dem Organisations-Team, das mit viel Fleiß alles vorbereitet hat und auch die kurzfristig entstandenen Lücken optimal auszufüllen wusste,

unseren Referentinnen und deren tatkräftigen Helfern, die uns viel Wissenswertes vermittelten und geduldig sämtliche Fragen beantworteten bzw. angeregt mit uns diskutierten, auch wenn dabei ziemlich oft vom eigentlichen Thema abgeschweift wurde,

den jederzeit hilfsbereiten, freundlichen und zuvorkommenden Mitarbeitern des Hotel „Berghof“, die wie immer stets bemüht waren, dass sich alle rundum wohl fühlen und keine Wünsche offen blieben,

natürlich auch den sehenden Begleitpersonen, die jederzeit (z. B. beim Frühstücksbuffet) helfend für alle zur Stelle waren.

Last but not least gebührt natürlich auch allen Vorstandsmitgliedern von Lichtblicke e. V. ein herzlichstes Dankeschön! Durch ihr großes ehrenamtliches Engagement und Arbeit mit viel Herz tragen sie – aber auch alle anderen den Verein Unterstützenden – wesentlich dazu bei, dass Angebote wie diese auf einem sehr anspruchsvollen, hohen Niveau überhaupt möglich sind.

Alle Beteiligten traten mit vielen neuen Erkenntnissen, Ideen, Anregungen und positiven Eindrücken die Heimreise an.

Wir hoffen auf ein gesundes Wiedersehen zur Fortbildung 2008!

Peggy Jacob

Fortbildungsteilnehmerin

Mitglied des Vereins Lichtblicke e. V.