DA 0321 S 24-29 dossier 1 16.02.21 18:41

DA 0321 S 24-29 dossier 2 16.02.21 18:41

Sie leben mit uns in Familienverbänden. Ihre Grundbedürfnisse unterscheiden sich kaum von den unseren ...

Die **vier** unterschiedlichen **Bindungstypen** zwischen Mensch und Hund.

Der Psychiater und Bindungsforscher John Bowly und die Entwicklungspsychologin Mary Ainsworth waren die bedeutendsten Forscher, die sich mit der Bindung und den Bindungstheorien zwischen Kind und deren Eltern beschäftigt haben. Sie erkannten, dass es ein unsichtbares Band zwischen Kind und den engsten Bezugspersonen gibt, das eine grundlegende Bedeutung für dessen weitere Entwicklung hat. Dieses Band besteht auch dann weiter, wenn es eine zeitliche oder räumliche Trennung gibt.
Zudem konnten sie in zahlreichen Studien nachweisen, dass sich Bindungen im Hinblick auf ihre Qualität voneinander unterscheiden.

Der bekannteste Test lief wie folgt ab. Kinder unter 3 Jahren wurden gemeinsam mit einer Betreuerin und der Mutter in einen Raum voller Spielsachen geführt. Das Kind lernte in Anwesenheit der Mutter den Raum kennen und zeigte ein Spielverhalten. Während dieser Zeit beschäftigte sich die Betreuerin mit dem Kind und versuchte ein Vertrauen aufzubauen. Erst als sich das Kind wohl fühlte verließ die Mutter für eine kurze Zeit das Zimmer.

Als die Mütter wieder zurückkamen, zeigten die Kinder deutliche Unterschiede in ihrem Verhalten.
Es kristallisierten sich vier Bindungstypen heraus:

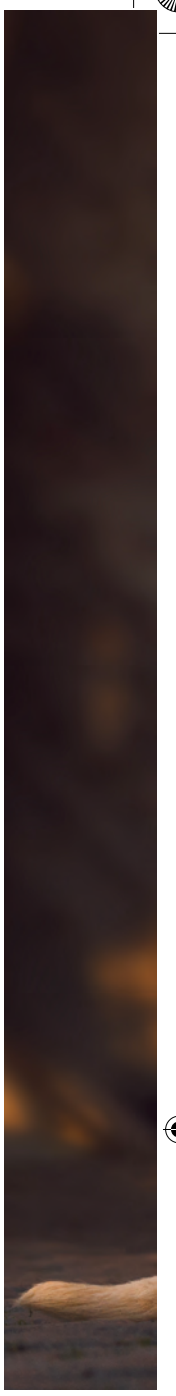
1. **Bindungstyp A: die unsichere vermeidende Bindung**
2. **Bindungstyp B: die sichere Bindung**
3. **Bindungstyp C: die unsichere ambivalente Bindung**
4. **Bindungstyp D: die unsichere desorganisierte Bindung**

Diese Bindungstypen können fast eins zu eins auf die Bindung zwischen Hund und Mensch übertragen werden.

Shutterstock/Erna8982_Jus_O|Lopolo Olimpik/manushot

DA 0321 S 24-29 dossier 3 16.02.21 18:41

„Bindung ist wie ein unsichtbares, emotionales Band, das unabhängig von Raum und Zeit bestehen bleibt.“
(Bowlby)



Bindungstyp A: die unsicher-vermeidende Bindung

Die Kinder spielten ungerührt weiter, als ihre Mutter den Raum verließ. Sie wirkten auf den ersten Blick selbstbewusst und selbstständig, auf die Rückkehr der Mutter reagierten sie überraschenderweise vorwiegend gleichgültig. Es war ihnen fast egal, ob die Mutter anwesend war oder nicht. Dieses ignorante Verhalten zeigt, dass sie sich nicht sicher gebunden fühlen.

Auch bei Hunden erleben wir das öfter, dass ihnen der eigene Mensch mehr oder weniger gleichgültig ist. Wenn er sich entfernt, schauen sie ihm nur kurz hinterher und wenn er zurückkommt, ist es ihnen fast egal. Sie haben nicht das Bedürfnis, ihn zu begrüßen und seine Nähe zu suchen. Ein Fremder würde gar nicht erkennen, dass dieser Mensch und dieser Hund zusammengehören.
Dieses Verhalten zeigt oft, dass der Hund gelernt hat, dass er sich auf seinen Menschen nicht verlassen kann. Seine Bedürfnisse wurden oft ignoriert und so lernte der Hund, seine Gefühle zu unterdrücken. Frei nach dem Motto: „ Es interessiert meinen Menschen nicht wie es mir geht, was ich mache oder was ich will. Ich bin ihm egal, somit ist er mir auch egal.“ Dadurch entwickelt sich eine Form der Gleichgültigkeit. Man lebt zwar zusammen unter einem Dach, ist jedoch mehr eine WG als eine Familie. Durch diese Gleichgültigkeit kann sich der Hund sehr schnell verselbstständigen. Er lernt, dass er seinen Menschen nicht braucht. Auch wird er von seinem Menschen kaum eine Korrektur oder eine Anweisung akzeptieren und annehmen.
Sehr viele Menschen reagieren lieber gar nicht, aus der Angst heraus etwas falsch zu machen. Dieses Nichtstun ist jedoch der größte Fehler.
Wenn wir ganz ehrlich uns gegenüber sind, ist es oft bequemer, nichts zu tun als konsequent und liebevoll Grenzen zu setzen.
Somit sollten wir den Mut und den Willen zum Handeln haben. Die Kommunikation zwischen Mensch und Hund ist ein gegenseitiges Kennenlernen. Ein Erlernen der Sprache des anderen. Dazu gehören auch Versuch und Irrtum. Fehler sind Erfahrungen, die wir brauchen, um zu positiven Ergebnissen zu gelangen. Und es ist unsere Aufgabe, dem Hund die Regeln unseres Lebens beizubringen.
Einige Menschen trauen sich nicht, dem Hund ihre Zuneigung zu zeigen, da sie gehört haben, dass sie ihn damit vermenschlichen. Hunde sind genauso wie wir soziale

Lebewesen. Um sich gesund zu entwickeln brauchen sie echte Zuneigung und auch Zuwendung.
Wir sollten keine Angst davor haben unsere Gefühle dem Hund zu zeigen und unser Herz sprechen zu lassen.

Bindungstyp B: die sichere Bindung

Sicher gebundene Kinder protestierten lauthals, sobald die Mutter den Raum verließ. In dem Moment, als sie den Raum wieder betrat, entspannten sie sich sofort und reagierten mit großer Freude. Sie nahmen ihr Spiel wieder freudig auf. Diese Kinder verbinden mit ihrer Mutter Vertrauen und fühlen sich wohl in ihrer Nähe.

„Wir alle sind am glücklichsten, wenn unser Leben wie eine Serie von Ausflügen um die sichere Basis unserer Bezugsperson organisiert ist.“

(Bowlby)

Ein Hund, der mit seinem Menschen in einer sicheren Bindung lebt, würde nie gleichgültig darauf reagieren, wenn sein Mensch einfach verschwindet. Er würde sofort reagieren und ihm hinterhergehen wollen. Und jedes Wiedersehen ist Freude pur. Nicht zu verwechseln mit einer hysterischen Freude, bei der der Hund regelrecht ausflippt.
Dies ist auch der Grund, warum ein Training, im Sinne von „Bleib“ sehr langsam und konsequent aufgebaut werden muss, damit der Hund lernt, dass sein Mensch immer wieder zurückkommt.
Immer noch wird einem öfter empfohlen, dass man sich beim Spaziergang verstecken soll, um die Bindung zu stärken.
Genau das Gegenteil ist jedoch der Fall. So würde der Hund nur lernen, dass er uns nicht vertrauen kann, da wir plötzlich ohne

Um sich gesund zu entwickeln, brauchen Hunde echte Zuneigung und auch Zuwendung.

Vorwarnung, verschwinden. Mit einer sicheren Bindung hat dieses Verhalten absolut nichts zu tun. Dieses Verhalten würde eher zu der unsicheren vermeidenden Beziehung passen.

Hunde, die ihrem Menschen vertrauen, wissen, dass ihre Bedürfnisse befriedigt werden, dass ihr Mensch sie liebt und sich gut um sie kümmert. Er würde nie etwas machen, was den Hund ängstigt oder ihm schadet.

Bei der sicheren Bindung wird Vertrauen aufgebaut, wenn der Hund jeden unserer Schritte nachvollziehen kann. Indem wir ihm zeigen, dass wir vorhersehbar sind und nichts machen, was ihn verunsichert oder ängstigt. Er lernt, dass wir auch meinen, was wir „sagen" und dabei beständig sind. Ein Ja ist ein Ja und ein Nein ist ein Nein. Wir stellen liebevolle Grenzen und Regeln auf, die für die Sicherheit und ein angenehmes Zusammenleben notwendig sind.

Wir reagieren souverän, ruhig, fair und klar. Diese Zuverlässigkeit lässt den Hund entspannen. Er lernt, woran er bei uns ist und kann dadurch immer sicherer in seinem Verhalten werden. Durch dieses sichere Gefühl entwickelt er ein gesundes Selbstbewusstsein.

Ein Hund, der in einer sicheren Bindung mit seinem Menschen lebt, zeigt immer ein gesundes Verhalten. Selbst wenn er in einen Streit mit einem anderen Hund verwickelt wird, kann man sich darauf verlassen, dass er eine gehemmte Aggression zeigt und ein gesundes Sozialverhalten hat.

Diese Hunde sind angenehme Lebensgefährten und das gemeinsame Leben ist geprägt von Respekt und einem liebevollen Umgang miteinander.

Somit sollte eine sichere Bindung immer unser Ziel sein.

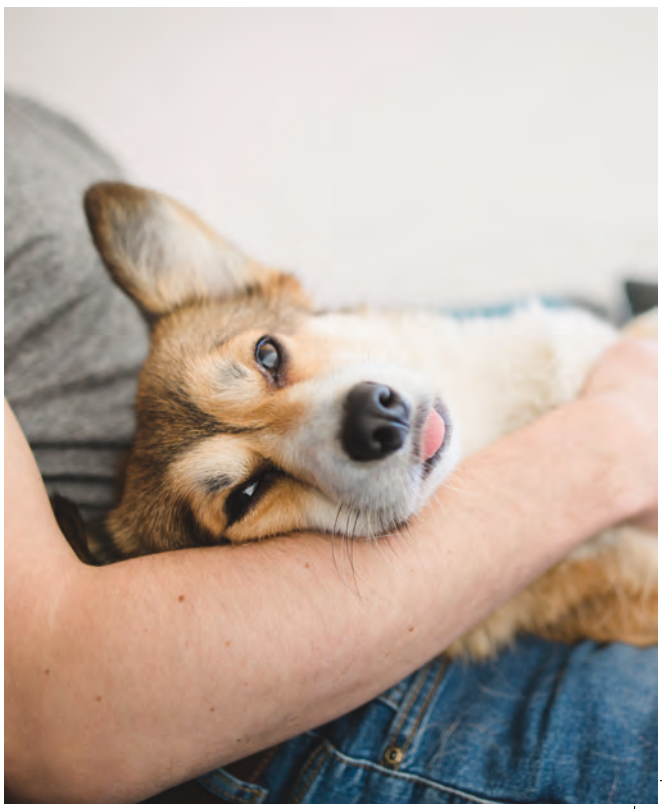
Bindungstyp C: die unsicher-ambivalente Bindung

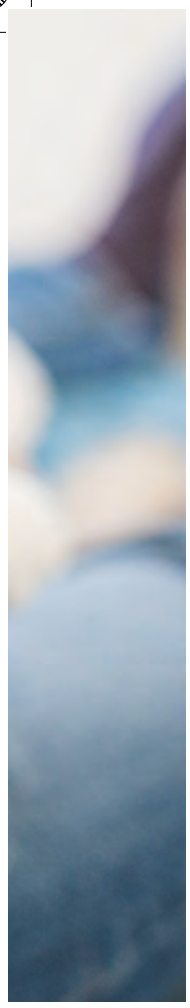
Kinder dieses Bindungstyps regierten sehr unsicher und ambivalent auf die Rückkehr der Mutter. Sie konnten sich nicht in ihrer Nähe entspannen, auch wenn sie diese suchten.

Sie haben gelernt, dass die Reaktion ihrer Mutter oft nicht vorhersehbar war, sie unterschiedlich auf deren Bedürfnisse reagierte. Mal liebevoll, mal gar nicht oder auch manchmal ungerecht und wütend. Dies machte diese Kinder unsicher und ängstlich. Sie versuchten, auch mit aller Macht die Trennung mit der Mutter zu verhindern.

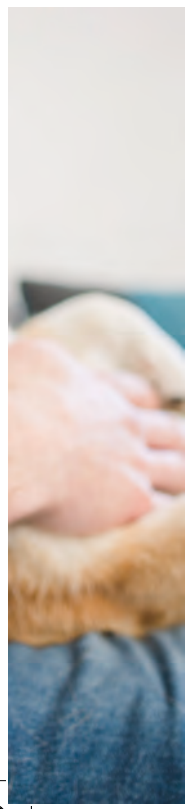
Bei Hunden benutze ich gerne den Begriff „Zuckerbrot und Peitsche". Leider werden viele Hunde noch heute so behandelt. Ich sage bewusst behandelt, denn mit Erziehung oder einer seriösen Ausbildung hat das nichts zu tun.

Diese Hunde werden oft übertrieben gelobt, mit Leckerlis vollgestopft und nur ein paar Minuten später mit einem Brüllen, einem isolierten Wegsperren oder einem heftigen Leinenruck (oder noch schlimmerem)





bestraft.
So lernt der Hund leider nur eins: „Mein Mensch ist ein unkontrolliertes, unbeherrschtes Wesen, dem ich nicht vertrauen kann."
Gerade launische, psychisch instabile, unsichere Menschen neigen oft zu so einem Verhalten ihrem Hund gegenüber. Sie lassen ihre Launen regelrecht an ihm aus. Solche Menschen sind für jeden Hund (aber auch für andere Menschen) ein wahr gewordener Alptraum.
Das Verhalten dieses Menschen ist für den Hund nicht vorhersehbar. Somit weiß er gar nicht, warum er bestraft oder übertrieben gelobt wird. Das macht ihn immer unsicherer und ängstlicher. Das geht soweit, bis der Hund regelrecht gebrochen ist und sich selbst aufgibt.
Es gibt aber auch mental stärkere Hunde, die sich anfangs wehren oder ihren Frust und ihre Angst gegenüber Schwächeren rauslassen. Gerade viele sogenannte „Angstbeißer" findet man unter diesen Hunden.
Leider wird diese Methode manchmal sogar bewusst eingesetzt, um sich einen Hund gefügig zu machen.
Mir blutet jedes Mal das Herz, wenn ich einen Menschen sehe, dessen Hund komplett devot „bei Fuß" an seinem Knie klebt und sich keinen Zentimeter weg von dem Menschen traut oder mit eingezogener Rute zu dem Menschen fast kriecht! Das ist reine Tierquälerei und hat nichts, aber auch gar nichts mit einer seriösen und gesunden Hundeerziehung zu tun!
Wir sollten uns dessen bewusst sein, dass nur ein entspannter Hund, der sich sicher fühlt, ein glücklicher Hund sein kann. Und nur ein glücklicher Hund ist auch ein sozialer Hund, der weder für sich noch für andere eine Gefahr ist.



Bindungstyp 4: die unsicher-desorganisierte Bindung

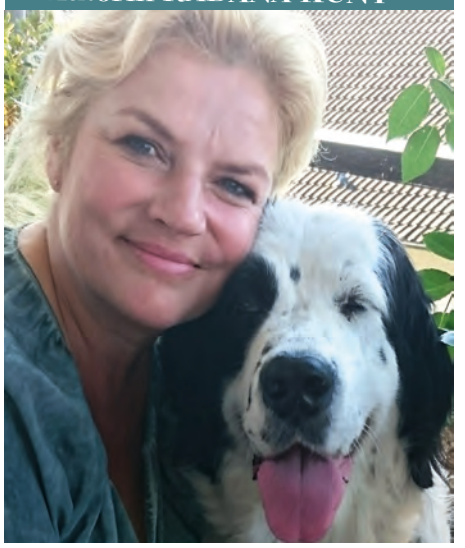
Bei diesem Bindungstyp reagierten die Kinder oft sehr widersprüchlich auf die Rückkehr der Mutter. Sie zeigten extreme Stimmungsschwankungen, waren konfus und manchmal sogar aggressiv. Oft haben diese Kinder traumatische Erfahrungen gemacht, die sie nicht verkraftet haben.

Auch bei Hunden habe ich oft mit diesen Bindungstypen zu tun. Sehr oft handelt es sich um Hunde aus dem Tierschutz, die entweder Schlimmes erlebt, oder keinerlei Prägung und Sozialisierung erlebt haben. Für sie ist das Leben bei ihrem Menschen eine fremde Welt, die sie nicht verstehen und die sie somit komplett überfordert.
Diese Hunde brauchen sehr viel Zeit, um anzukommen, und einen sehr klaren, ruhigen Menschen, der ihnen mit viel Geduld zeigt, dass ihr neues Leben sicher und schön ist.

Allerdings können auch Hunde, die gesund aufgewachsen sind, dieses Verhalten zeigen, wenn sie sich für ihren Menschen verantwortlich fühlen. Wenn ihnen eine zuverlässige Führung des Menschen fehlt.
Sie fangen regelrecht an ihren Menschen zu erziehen, was natürlich zu Problemen führen wird.
Oft werden diese Hunde als dominant bezeichnet. Dies ist jedoch keine natürliche gesunde Dominanz, die ein Zeichen von echter Stärke ist. Sie wurden „künstlich" dominant gemacht.
Sie haben die Einstellung „wenn es mein Mensch nicht macht, muss ich es machen."
Wenn ihr Mensch nach Hause kommt, verbellen sie ihn, springen ihn respektlos an. Sie lesen ihm quasi die Leviten. Schließlich fühlen sie sich für ihn verantwortlich und haben Stress, wenn er – ohne ihre Erlaubnis – einfach verschwindet. Oft wird dieses Verhalten als pure Freude interpretiert. Eine übertriebene hysterische Begrüßung hat absolut nichts mit einer gesunden Freude zu tun. Das wäre so, als ob ihr Partner sie hysterisch anbrüllt und ihnen einen Rempler gibt, sobald sie zur Tür reinkommen. Oder wenn sie ihr Kind, dass endlich wieder zuhause ist (3 Stunden später als sie miteinander ausgemacht haben) voller Erleichterung, jedoch auch mit der durchlebten Angst und der hilflosen Wut begrüßen.
Bei einer unsicheren desorganisierten Bindung fehlt die Ordnung. Es herrscht Chaos und der Hund weiß nicht, was seine Aufgabe ist. Er ist vollkommen überfordert und versucht verzweifelt, selbst Ordnung herzustellen. Dabei kann er natürlich nur versagen.
Also braucht er unsere Hilfe. Er braucht eine gesunde Ordnung in seinem Leben. Regeln, klare Grenzen und Aufgaben, die ihm das Gefühl der Geborgenheit vermitteln.
Und was er am meisten braucht, ist ein Mensch, der Ruhe und Klarheit ausstrahlt, der mit sich selbst im Reinen ist.

„Für unseren Hund ist es nicht primär wichtig, wer wir sind. Viel wichtiger ist, wer wir für ihn sind. Im Idealfall sind wir für ihn ein Mensch, mit dem er in einer sicheren Bindung des Vertrauens lebt."

Autorin RADANA KUNY



ZUR PERSON: RADANA KUNY wurde 1965 in Prag geboren und arbeitet als Verhaltensberaterin/Hundetrainerin mit Hunden und als Coach mit Menschen. Durch ihre angeborene Hellfühligkeit hat sie im Laufe von zehn Jahren ein eigenes Coaching- und Trainingskonzept entwickelt: die „Shanti-Methode". Mittlerweile hat sie Hunderten von Menschen geholfen, ihre Hunde besser zu verstehen.