

ANGST BEIM HUND – ein Problem unserer modernen Zeit?

Dr. med.vet. Renate Jones-Baade MSc
Tierärztliche Praxis für Verhaltenstherapie
80796 München Clemensstr. 123
Tel. (089) 307 567 58 renate.jones@arcor.de

Angst

Angst zu haben ist nicht eine *erlernte Erwartung von etwas Schädlichem*, sondern angeboren. Lernen und Erfahrung sind jedoch erforderlich, um dieses angeborene „Angstsystem“ effektiv zu nutzen. Unzureichendes Lernen, vor allem eine mangelnde rechtzeitige Gewöhnung an die belebte und die unbelebte Umwelt (Sozialisation und Habituation) ist, abgesehen von genetischen Faktoren, letztlich die Ursache von genereller Ängstlichkeit und unangemessenem Verhalten.

Angeborene Faktoren, die Angst auslösen können sind zum Beispiel Schmerz, Geräusche, Feinde, Gebiet ohne Deckungsmöglichkeit, unbekannte Situationen. Letztendlich können aber alle über die Sinne erfassbaren Reize *bei entsprechenden Erfahrungen* (Lernen) Angst auslösen.

Man kann unterscheiden zwischen konkreter Angst, antizipatorischer Angst (Ängstlichkeit) und Furchtsamkeit.

- **Konkrete Angst** entsteht bei einer konkret vorhandenen Bedrohung. Die Angstreaktion beginnt beim Erscheinen des Angstauslösers und hört mit seinem Verschwinden wieder auf.
- **Antizipatorische Angst** ist verbunden mit der Erwartung einer Bedrohung - ohne dass eine konkrete Bedrohung besteht.
- **Furchtsamkeit** ist eine Charaktereigenschaft und damit ein dauerhafter Zustand, der mit einer andauernden erhöhten Angstbereitschaft einhergeht.

Im der englischsprachigen diesbezüglichen Literatur wird zwischen „Fear“ und „Anxiety“ unterschieden. Obwohl das im Deutschen mit den Definitionen „Furcht“ und „Angst“ eigentlich möglich wäre, wird im Deutschen diese Unterscheidung nicht durchgehend angewendet, sondern im Allgemeinen von Angst gesprochen.

Angst ist biologisch sinnvoll. Sie soll ein Lebewesen vor Bedrohungen schützen und dient so, wie der Schmerz, dem Überleben des einzelnen Individuums. Angst ist also weder bei Mensch noch bei Hund ein „modernes“ Problem. Allerdings scheinen *Angsterkrankungen*, also Zustände, in denen ein Lebewesen unter übermäßiger Angst leidet oder unter Angst, die unbegründet erscheint, zuzunehmen.

Die Intensität von Angst richtet sich nach der Stärke des Auslösers. Bei Verschwinden des Auslösers verschwindet die Angst. Im Gegensatz dazu erfolgt bei einer **Phobie** eine „Alles-oder

Nichts“ Reaktion: das Erscheinen des Auslösers löst eine Reaktion in voller Stärke aus, die auch nach Verschwinden des Auslösers geraume Zeit anhalten kann. Phobische Reaktionen sind biologisch gesehen nicht sinnvoll.

Wie bei einer Phobie und im Gegensatz zu Angst kommt es auch bei **Panik** nicht zu einer langsamen Entwicklung und Veränderung des Gefühl, sondern sofort zu massiven Reaktionen mit voller Intensität der Symptome (all or nothing). Panik wird zunächst ursächlich ausgelöst durch die Abwesenheit der primären „Bezugsperson“, im weiteren Sinn aber auch durch fremde Umgebung oder beunruhigende Sinneswahrnehmungen (Geräusch, Geruch etc.). Panik ist ebenfalls keine biologisch sinnvolle Reaktion.

Übermäßige und/oder unangemessene Angst, Phobien oder Panik sind für den Betroffenen selbst, aber auch für seine nähere Umgebung außerordentlich quälend. Sie können außerdem den Betroffenen selbst, aber auch Anwesende gefährden.

Ängstlichkeit, Angst und Panik/Phobie resultieren aus unterschiedlichen Vorgängen im Gehirn. Es existieren sozusagen verschiedene Systeme, ein Angstsystem und ein Paniksystem, die miteinander und zusätzlich mit dem Schmerzsystem vernetzt sind und sich gegenseitig beeinflussen.

Körperliche Reaktionen bei Angst:

Der Körper bereitet sich durch die Verminderung von Ballast (Absetzen von Kot und Urin) und die Bereitstellung von leicht verfügbarer Energie auf Flucht oder Kampfverhalten vor. Die Nebenniere setzt Adrenalin und Noradrenalin frei, Atem- und Pulsfrequenz steigen, ebenso Blutzuckerspiegel Blutdruck, und Schweißsekretion. Die Pupillen werden erweitert, Körperspannung, und Aufmerksamkeit sind erhöht. Die Funktion der Geschlechtsdrüsen und die Schmerzempfindung werden vermindert.

Verhaltensmöglichkeiten bei Angst

Die durch Angst ausgelösten Verhaltensmuster sind artspezifisch und angeboren. Möglichkeiten:

- **Erstarren** (die Gefahr ist weit weg, oder unausweichlich),
- **Flucht** (die Gefahr ist nahe, kann aber vermieden werden).
- Ein Umschlagen in **aggressives Verhalten** ist möglich

Körperliche Reaktionen bei Panik/Phobie

Es kommt zu gesteigerter Atem-, Puls- und Herzfrequenz, Herzrasen, Atemnot, Übelkeit, Schwindel, Schweißausbruch, Hitzewallungen, Schüttelfrost bis hin zu Lähmungserscheinungen.

Verhaltensmöglichkeiten bei Panik

Da die zugrunde liegende Ursache die Trennung vom Sozialpartner ist, kommt es zunächst zu Verhaltensweisen, die elterliche Brutpflege auslösen und aufrechterhalten. Das ist in erster Linie Vokalisation, Versuche, der primären Bezugsperson zu folgen, aber auch Flucht. Festhalten kann aggressives Verhalten auslösen.

Außerdem können Verhaltensäußerungen auftreten, die mit den oben genannten körperlichen Reaktionen zusammenhängen, z.B. Speicheln, Erbrechen, Urinieren und Kotabsetzen (Durchfall).

Behandlungsmöglichkeiten

Es steht eine Reihe von verhaltenstherapeutischen Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung.

Desensibilisierung

Hierbei erfolgt eine schrittweise Annäherung an das Angst auslösende Objekt. Dabei sollte die unerwünschte Reaktion gerade noch nicht eintreten. Es besteht also Aufmerksamkeit, aber körperliche Anzeichen von Angst oder Aggression fehlen, das Tier erscheint nicht angespannt.

Gegenkonditionierung

Der ursprünglich Angst auslösende Reiz wird zum Auslöser eines anderen Gefühls gemacht. Ausschlaggebend für den Erfolg einer Gegenkonditionierung ist die Präzision, mit der das Training durchgeführt wird.

Trainieren eines alternativen Verhaltens

Ein mit dem bisher gezeigten Verhalten unvereinbares Verhalten wird antrainiert. Dieses neue Verhalten muß zunächst in ruhiger und ungestörter Umgebung erlernt und eingeübt werden. Dann wird trainiert, dieses erwünschte Verhalten in Anwesenheit des angstausslösenden Stimulus auszuführen. Ruhiges, erwünschtes Verhalten wird belohnt, unerwünschtes Verhalten wird ignoriert.

Reizüberflutung (Flooding)

Das Tier wird so lange dem angstausslösenden Stimulus ausgesetzt, bis es keine Angstreaktion mehr zeigt. Dabei erfolgt keine Gewöhnung, sondern eine Erschöpfung der angstbedingten Reaktionsmöglichkeiten. Bei nicht sachgerechter Durchführung wird das unerwünschte Verhalten verschlechtert. Bei sachgerechter Durchführung kann ein derart intensiver länger anhaltender Angstzustand die körperliche Belastbarkeit überfordern mit möglicherweise ernsthaften gesundheitlichen Folgen. Aus tierschuttrelevanten Aspekten wäre Flooding abzulehnen.

Medikation

Mit angstlösenden Medikamenten kann gegebenenfalls der Einstieg in eine Verhaltenstherapie erleichtert oder aber die Lebensqualität grundsätzlich verbessert werden. Ansprechpartner in diesem Fall sind entsprechend qualifizierte und spezialisierte Tierärzte.