



Foto: shutterstock/Ripio

„TRAINING“ AM ANDEREN ENDE DER LEINE

SYSTEMISCHES COACHING FÜR HUNDEHALTER

Der Hund zum Hundetrainer, der Besitzer zum Coach? Klingt das völlig übertrieben? Wenn man sich die Leine im übertragenen Sinne als Verbindung zwischen Besitzer und Hund vorstellt, über die zu jedem Zeitpunkt in beide Richtungen Informationen fließen, dann erscheint es sinnvoll, auch beide Enden zu betrachten. Durchaus mit professioneller Unterstützung. Vor allem dann, wenn der „Fluss“ gestört ist und es Probleme gibt. Dieser Artikel gibt einen Überblick darüber, was Coaching* für Hundehalter ist und wie es ablaufen kann. Wann und inwiefern kann es für dich persönlich, das Training deines Hundes, für eure Beziehung und vielleicht sogar darüber hinaus hilfreich sein?

VON MICHAELA SCHWESTKA

Hennen und Eier

Im Gegensatz zum Hundetraining, das heutzutage - glücklicherweise - für viele Hundehalter zum „Normalprogramm“ gehört, kommt Coaching für den Hundehalter in der Regel nur dann ins Spiel, wenn es schwerwiegende Probleme gibt und schon wirklich viel

versucht wurde. Genauer gesagt, wenn ein Verhalten des Hundes zur großen Belastung im Alltag wird, und vor allem dann, wenn es für den Menschen mit starken unangenehmen Gefühlen verbunden ist, wie zum Beispiel Angst, Hilflosigkeit, Wut, Enttäuschung oder Schuldgefühlen. Der

springende Punkt, um als Hundehalter über ein Coaching nachzudenken, ist zu erkennen, dass die Thematik etwas mit ihm zu tun hat und etwas mit ihm macht. Die „Henne-oder-Ei-Frage“ ist an dieser Stelle allerdings noch nicht geklärt, aber das ist zunächst einmal auch gar nicht so wichtig.

* Da Coaching kein geschützter Begriff ist und es unzählige Coaches und Coachingmethoden gibt, können wir im Artikel nur von unserer Sicht- und Arbeitsweise sprechen. Je nach professionellem Hintergrund und Ausrichtung können die Bezeichnungen Coach, Berater und Therapeut synonym verwendet werden.

„Ich weiß ja, dass eigentlich ich am Problemverhalten meines Hundes schuld bin“, ist ein Satz, den wir zum Beginn eines Coachings wirklich sehr oft hören. Nun ist „Schuld“ ein machtvoller Zusammenhang. Ein sehr starrer Bezug, der Täter und Opfer benennt und in eine Einbahnstraße, wenn nicht gar in eine Sackgasse führt. Schuld lähmt. Im Coaching kann es deshalb möglicherweise zunächst darum gehen, die Deutungsmöglichkeiten einer solchen Aussage über sich selbst zu vergrößern. Wenn ich „schuld sein“ kann, dann spiele ich wohl eine Rolle, dann habe ich wohl offenbar Einfluss auf das Verhalten meines Hundes. Eine Erkenntnis, die sich durchaus auch positiv umsetzen lässt. Das hebt den Blick und lässt im nächsten Schritt zu, sich mit den Zusammenhängen zwischen mir und dem Verhalten meines Hundes näher zu beschäftigen.

Ein Coach steigt eher spät ins Boot

Die Hemmschwelle, einen Coach, Berater oder Therapeuten zu konsultieren, ist auch heute noch sehr hoch. Sich Hilfe – vor allem im psychologischen Bereich – zu holen, wird häufig immer noch als ein Zeichen von persönlicher Schwäche oder Unzulänglichkeit empfunden. Dabei ist es ein höchst verantwortungsvoller Akt. Abgesehen von den Menschen, die sich Unterstützung in einem Entscheidungs- oder Trauerprozess (meist in Zusammenhang mit Erkrankung und Tod des Hundes) wünschen, stehen die meisten unserer Klienten in einer langfristigen Begleitung durch einen Hundetrainer. Oft stagniert das Training oder wurde sogar bereits frustriert abgebrochen. Sie kommen also mit einem hohen Leidensdruck.

Vor allem, wenn es um als „gefährlich“ empfundenes Verhalten des Hundes geht, wie Jagdverhalten oder Aggression gegen Mensch oder Tier, befinden sich die Hundehalter bisweilen in einem Teufelskreis aus Angst und Kontrollbeziehungswise Vermeidungsverhalten. In dem Moment, in dem belastende Gefühle und Verhaltensanpassungen beim Besitzer im Spiel sind, ist eigentlich sehr klar, dass es längst nicht mehr nur um den Hund geht. Die Beziehung zwischen Hund und Besitzer ist an diesem Punkt oft schon erheblich belastet, gegebenenfalls zieht die Thematik sogar weitere Kreise und führt zu Schwierigkeiten im sozialen Bereich.

Spieglein, Spieglein an der ...Leine

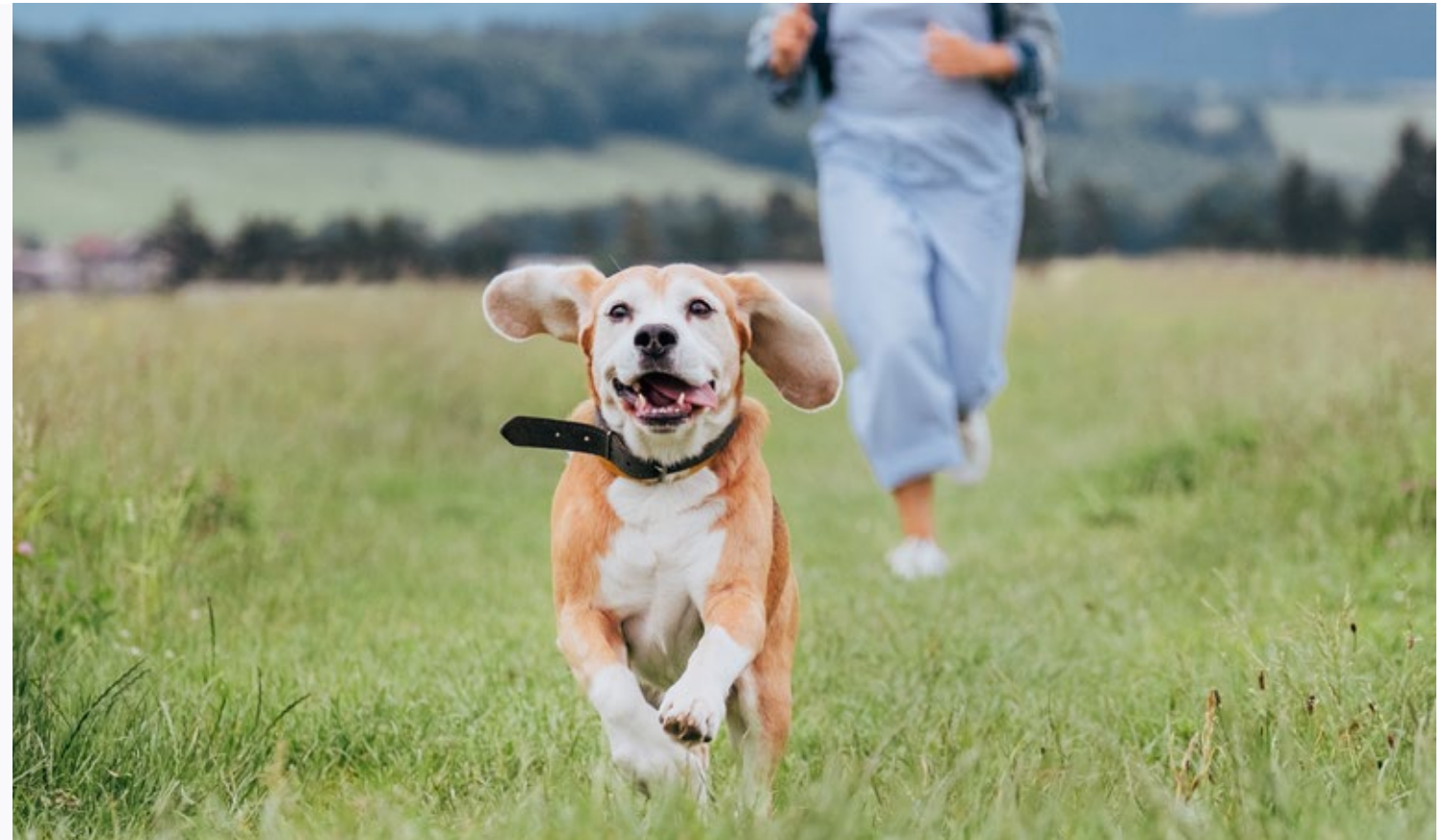
Aufgrund der großen und vielschichtigen Bedeutung, die unsere Hunde heute für uns haben, können sie uns in vielerlei Hinsicht einen Spiegel vorhalten. In dem sich neben unseren Bedürfnissen beispielsweise unsere Glaubenssätze, unsere Sicht auf die Dinge und die Welt spiegeln. Wie oft sprechen Menschen von einem „schwierigen Hund“ im Nachhinein von ihrem Seelenhund? Denn er war es, der sie mit sich selbst in Kontakt gebracht hat, wie es einem unkomplizierten Hund niemals gelungen wäre. Diese Zusammenhänge erkennen und verstehen zu können – zum Beispiel durch ein Coaching – ist ein Geschenk von unschätzbarem Wert für alle Beteiligten.

Kein Mensch ist eine Insel, ganz für sich allein. Jeder Mensch ist ein Stück eines Kontinents, ein Teil des Ganzen.

Diese Übersetzung der ersten Zeilen eines alten Gedichts von John Donne gibt eine ganz wesentliche systemische Sichtweise wieder: Kein Lebewesen kann ausschließlich für sich allein betrachtet werden. Jedes ist Teil von Systemen – beispielsweise einer Familie, eines Rudels, eines Ökosystems. Darüber hinaus ist jedes Lebewesen selbst als System zu sehen, das wiederum aus Systemen besteht (zum Beispiel aus Körper, Geist und Seele oder den verschiedenen Organsystemen). Egal, ob man nun einen Menschen, einen Baum oder einen Hund betrachtet – diese Sichtweise kann viele Zusammenhänge verständlicher machen.

Systeme streben nach Stabilität

Im Coaching beschäftigen wir uns mit der Psychodynamik von Systemen. Wie interagieren, wie kommunizieren sie miteinander und wie passen sie sich an sich ändernde Umstände an? Systeme wollen funktionieren und streben deshalb nach einem Zustand der Stabilität im weitesten Sinne. Um das etwas anschaulicher zu machen: Stell Dir ein Mobile vor. Damit das Mobile in Balance sein kann, müssen alle Teile in einer bestimmten Position sein. Ändert eines der Elemente seine Position, gerät das ganze Mobile aus dem Gleichgewicht und das System muss sich umordnen, um eine neue Stabilität zu erreichen. Dieses Bild verdeutlicht, dass alle Elemente des Systems miteinander zusammenhängen, in ständigem Austausch sind und in vielerlei Hinsicht nicht vollständig getrennt voneinander betrachtet werden können. Bei Störungen im System ist es häufig das „schwächste Glied“ – das mit den geringsten Anpassungsmöglichkeiten – das verhaltensauffällig wird.



Läuft der Hund seinem Menschen weg oder läuft er vielmehr irgendwo hin? (Foto: shutterstock/Soloviova Liudmyla)

Akzeptieren, Verstehen, Verändern

Im Coaching geht es nun darum, euer individuelles System „unter die Lupe“ zu nehmen. Zum Beispiel, indem wir uns zusammen ansehen: Aus welchen Elementen besteht euer System, welche Funktion haben diese, wie kommunizieren sie miteinander? Ist die Stabilität eures Systems hilfreich (funktional) oder nicht (dysfunktional)? Denn es gibt durchaus Zustände, die zwar stabil, aber mit großen Nachteilen verbunden sind – wie zum Beispiel jede Art von Abhängigkeit (wo sie nicht in der Natur der Sache liegt). Durch welche Strategie wird diese Stabilität aktuell erhalten? Die Haltung, dass in unserem Coachingansatz zunächst einmal alles so sein darf, wie es gerade ist, dass es nicht um Schuldzuweisungen geht, bringt oft schon enorme Entlastung und kann die Motivation, gemeinsam Zusammen-

hänge und Hintergründe zu erforschen, erheblich steigern. Und dann hängt es natürlich ganz vom individuellen Fall ab, woran man gemeinsam weiterarbeitet. Die übergeordneten, allgemeinen Ziele des Coachings würden wir wie folgt formulieren: Es geht darum, Unbewusstes ins Bewusstsein zu heben und dadurch die Wahrnehmungsmöglichkeiten des Einzelnen zu vergrößern. Das klingt zwar subtiler und unspektakulärer als ein großer Knall, der bisweilen das Verschwinden der „Symptome“ in sehr kurzer Zeit verspricht, ist aber nachhaltiger, da man sich mit den zugrundeliegenden Ursachen befasst. Und es gibt durchaus eindrucksvolle „Aha-Erlebnisse“ und sehr berührende Momente, wenn unsere Klienten plötzlich Zusammenhänge erkennen und erleben dürfen, wie selbst kleine „Interventionen“ zu einer Veränderung

führen können. Wenn sich aus dem Gefühl des Feststeckens und der Ohnmacht heraus plötzliche neue Möglichkeiten entwickeln und es beispielsweise gelingt, das Verhalten des Hundes mit anderen Augen, aus einem anderen Blickwinkel zu sehen oder neu zu bewerten.

Begleiten, unterstützen, leiten

Die wichtigste und wirksamste „Intervention“ im Coaching ist die Beziehung zum Coach. Denn auch zwischen Klient und Coach entsteht ein System, in dem Spiegelung und Resonanz stattfindet und sich Vertrauen entwickelt, sodass eine Begleitung des Klienten auch an schmerzhaften Punkten möglich wird. Coaches arbeiten sehr viel mit Fragen. Mit gezielten und auch ungewöhnlichen Fragen lenken wir den Prozess und unterstützen unsere Klienten dabei, „sich



Coaching kann Hundebesitzern helfen zu realisieren, dass das Angeleint-Sein für den Hund weniger schlimm ist als gedacht. (Foto: shutterstock/Alex photohub)

selbst auf die Schliche zu kommen“. Wie mit einer Taschenlampe leuchten wir – auf Basis einer vertrauensvollen Beziehung – mit Fragen an verschiedene Stellen. Durchaus auch in die dunklen Ecken und Kellerräume, in die man sich allein nicht zu gehen traut. Ähnlich wie man im Hundetraining der Fragestellung „Warum tut er das?“ und damit den Zusammenhängen von Bedürfnissen und Ausdrucksverhalten des Hundes nachgeht, fragen wir im Hundehalter-Coaching danach, was deine Bedürfnisse und die „guten Gründe“ für dein Verhalten sind und wie du sie (gegenüber deinem Hund) ausdrückst. In diesem Zusammenhang spielt das Thema „nonverbale Kommunikation“ eine essenzielle Rolle. Hunde verdanken ihre heutige Position an unserer Seite zu einem großen Teil ihrer Fähigkeit, unsere Körpersprache in solchen Feinheiten lesen zu können, wie dies nur wenigen, speziell geschulten Menschen, beispielsweise Profilern, möglich ist. Bei allem, was wir sagen, drücken wir nur circa 7 % über das ge-

sprochene Wort aus. Den Rest kommunizieren wir unbewusst über unsere Körpersprache – Gestik, Mimik und Stimme. Bewusst setzen wir allerdings im Normalfall nur die Sprache ein. „Man kann nicht nicht kommunizieren,“ lautet eine der 5 Grundregeln der Kommunikation, die der bekannte österreichische Philosoph Paul Watzlawick aufgestellt hat. Wir drücken ständig (unbewusst) aus, was in uns vorgeht. Man könnte also sagen, dass wir zu einem sehr großen Anteil über unser Unterbewusstsein mit unseren Hunden kommunizieren. So kann es im Extremfall sogar sein, dass wir unserem Hund über unsere Körpersprache das Gegenteil von dem mitteilen, was wir ihm bewusst sagen wollen.

Stimmt das eigentlich so?

Eine klassische Aussage, mit der ein Klient zu uns kommt, wäre beispielsweise: „Unser Problem ist das Jagdverhalten meines Hundes. Immer, wenn ich ihn ableine, dauert es keine 5 Minuten, bis er

eine Spur aufgenommen hat und wegläuft. Der Rückruf sitzt zwar inzwischen zu 95 %, dennoch traue ich mich nicht, ihn loszulassen. Ich ärgere mich sehr über sein Verhalten, fühle mich aber auch schuldig dafür, dass ich meinem Hund wegen meines Sicherheitsbedürfnisses so wenig Freiheit gewähre.“ Diese Aussage kann man nun in ihren Einzelteilen betrachten. Oft hilft schon ein Hinterfragen der eigenen Wahrnehmung, um einen Perspektivwechsel durchführen und eine alternative Sichtweise einnehmen zu können. Die gleiche Situation mit einem anderen Fokus betrachten und die eigenen Gefühle besser verstehen zu können – allein das kann schon eine Veränderung mit sich bringen. Ist das Jagdverhalten per se wirklich ein Problem? Wenn ja, für wen? Aus Sicht des Hundes ist es eine wahre Meisterleistung und auch als Besitzer könnte ich eigentlich stolz auf diesen Spezialisten sein – wären da nicht meine eigenen unangenehmen Gefühle, mit denen ich dadurch konfrontiert werde. Die Wut übers Weglaufen (läuft er wirklich von

mir weg oder läuft er eigentlich irgendwo hin?) und die Angst, dass etwas passieren könnte (ich muss den Hund vor der Zivilisation und die Zivilisation vor dem Hund schützen), die angenommene negative Bewertung von außen (die hat ihren Hund ja wirklich überhaupt nicht im Griff.). Läuft er wirklich immer weg? Oder nur manchmal? Wer definiert eigentlich Freiheit? Möglicherweise stellen wir gemeinsam fest, dass das Angeleint-Sein für dich ein größeres Problem darstellt als für deinen Hund, denn du bist es, der sich zwischen den beiden Bedürfnissen „Freiheit zu gewähren“ und „Sicherheit zu gewährleisten“ hin- und hergerissen fühlt und seinen Umgang damit negativ bewertet. Dem Hund genügen eventuell 10 Meter Schleppeleine vollkommen, um sich frei und glücklich zu fühlen.

„Bedienungsanleitung für mich selbst“

Je nach Thematik können auch ganz konkrete „Maßnahmen“ im Coaching erlernt und eingeübt werden. Zum Beispiel: Wie holst du dich ins Hier und Jetzt zurück, wie erdest du dich, wenn dir „der Kragen platzt“ oder die Angst dich übermannt? Oder du lernst, besser zu verstehen, welche Botschaften du nonverbal an deinen Hund aussendest. Im Wesentlichen geht es darum, dich selbst im Zusammenleben mit deinem Hund besser kennenzulernen und auf Basis neu gewonnener Erkenntnisse deine Einstellung und dein Verhalten verändern zu können. Was mit ziemlicher Sicherheit zu einer Veränderung zwischen dir und deinem Hund führen wird, oft aber viel weitere Kreise zieht. Häufig ist es nämlich so, dass in einem als problemhaft empfundenen Umgang mit unserem Hund eigene Verhaltensweisen oder Muster zu Tage treten, die

wir bei näherem Hinsehen durchaus auch aus anderen Lebensbereichen, wie zum Beispiel dem zwischenmenschlichen oder dem Arbeitsumfeld, kennen.

Probleme sind Lösungen in Arbeitskleidung

Auch wenn es sehr schwer sein kann, das zu sehen, wenn man gerade „mitten-drin steckt“, so sind wir doch überzeugt

davon, dass jedes Problem das Angebot für eine Entwicklungschance beinhaltet – und dass jeder Mensch die Lösung für seine Probleme bereits in sich trägt. Menschen dabei unterstützen zu dürfen, dieses Potenzial in sich zu entwickeln, ist auch für uns Coaches in jedem einzelnen Fall ein großes Geschenk, und etwas, das es leicht macht, diesen Beruf voller Freude und Begeisterung auszuüben.

MICHAELA SCHWESTKA...

...ist Ärztin, Systemische Therapeutin und Mediatorin. Gemeinsam mit Ihrem Mann, Udo Schwestka, hat sie das Projekt „Mensch, Hund!“ ins Leben gerufen, das den Fokus auf das Ende der Leine richtet, das der Besitzer in der Hand hält. Es beinhaltet neben dem Hundehalter-Coaching auch Weiterbildungs- und Unterstützungsangebote für Hundetrainer, Tierärzte etc., die im Tierberuf mit Menschen arbeiten. Im Oktober 2022 erscheint ihr Buch „Am Ende des Weges – den Abschied vom Hund bewusst gestalten“, das Hundebesitzer in dieser schweren Phase des Zusammenlebens begleiten möchte.



(Foto: M. Zaitz)

www.hundebesitzer-coaching.de

Anzeige



Exklusiv-Urlaub mit Hund

im Naturparadies Ilztal • Bayerischer Wald



- Überdachter Hundetrainingsplatz
- Eingezäunte Hundespielwiese
- Hundeseminare
- Reiten und Reitunterricht
- Überdachte Reithalle
- Kutschenfahrten
- Großräumiges Wohnen mit 4-Sterne-Service
- Wellness, Hallenbad, Sauna
- Großer Spielplatz, Streichelzoo
- Kinder bis 6 Jahre frei

www.gut-feuerschwendt.de | Tel. 0049 8505 9129 0