

# POSITIV DENKEN HILFT – ABER NICHT IMMER...

*„Nein nein, mein Hund geht nicht jagen. Der ist zwar gerade im Feld unterwegs, aber wenn ich will, kann ich ihn abrufen und dann kommt er auch!“ Das war der „O-Ton“ einer selbstsicheren Hundebesitzerin, die zwei Minuten später eines Besseren belehrt wurde und nur noch mit ansehen konnte, wie ihr Setter einem Hasen nachrannte. Die Dame hat positiv gedacht, allerdings zu positiv...*

Natürlich beeinflusst die psychische Verfassung eines Menschen maßgeblich seine Wirkung – sowohl auf „Artgenossen“ als auch auf Tiere. Je größer unser Selbstvertrauen ist, desto leichter vermögen wir zu überzeugen. Beides steht in direktem Zusammenhang. Wer sich etwas zutraut, wird sein Ziel leichter erreichen. Zögerliche und Zweifler kämpfen oft mit Widrigem, das dem Optimisten gar nicht in den Sinn kommt und ihm schon deshalb seltener begegnet. Und wenn, so bewertet er es anders. Aber sollten wir deswegen alle zu Optimisten werden? Eine müßige Frage. Erstens kann man sich nicht aussuchen, ob man zu jenen zählt, die das Glas als halb leer oder halb voll ansehen, und zweitens

sind die eigenen Werte oft unverhandelbar. So wird sich ein Pessimist nicht zum Optimisten wandeln (können und wollen), nur weil er vielleicht zur Erkenntnis gelangt, dass Optimisten mehr Glück haben im Leben. Das ist deshalb so, weil sie vertrauend damit rechnen und den Blick auf das Positive und nicht auf Hürden und Stolpersteine richten. Diese Lebensbewältigung mag einem praktisch vorkommen, doch in Wahrheit besteht gar keine Möglichkeit zu wählen. Nur weil etwas praktisch ist, lässt sich die eigene Weltanschauung nicht einfach ändern. So gestaltet es sich für den Pessimisten zwar leidvoll, an allem Haken und Ösen zu entdecken, aber das hält er möglicherweise für realer als die

für ihn naiv ausblendende Sicht des Optimisten, der seines Erachtens nicht sehen will, was es an Unbilden im Leben gibt.

## Die Geheimnisse der Psychologie

Auch wenn Psychologen die Fähigkeit des Menschen belegen, sich eine grundlegend neue Lebenshaltung erarbeiten zu können, so dürfte Konsens darüber herrschen, dass dies kein Massenphänomen ist und entweder ein einschneidendes Erlebnis erfordert oder langwierige Arbeit an sich selbst. Wir kommen nicht mit einer einheitlichen psychischen Struktur auf die Welt, die ihre Verschiedenheit vom Nächsten nur durch ihre individuelle Prägung

*„Nebenbei kann man eben nicht überzeugen – auch nicht einen Hund! Nur, wenn mein Begleiter spürt, dass Wille und Einstellung bei mir im Einklang sind, wird er mich ernst nehmen.“*

Gesine Mantel

Positiv denken hilft leider nicht immer...



#### ÜBER DIE AUTORIN

Gesine Mantel studierte Biologie und Entwicklungspsychologie an der Universität Würzburg. Seit 11 Jahren erzieht und therapiert sie Hunde im Raum Würzburg, Stuttgart, Freiburg, der Rhön und im Emmental. Ihre Schwerpunkte sind Verhaltenskorrekturen im Alltag, in Prüfungs- und Arbeitssituationen von Hunden und die human- und tierpsychologische Beratung zur Anschaffung eines Hundes. Sie unterrichtet als Dozentin an Volkshochschulen im süddeutschen Raum und an der Rolf-Schneider-Akademie in Kitzingen.

durch das Umfeld erfährt. Wir sind bereits unterschiedlich veranlagt. Es ist also verständlich, warum Empfehlungen zum positiven Denken beim einen auf Resonanz stoßen und beim anderen überhaupt nicht. Derjenige, in dessen Wertesystem positives Denken als etwas Sinnvolles und Richtiges verankert ist, wird Gewinn daraus ziehen können. Ein anderer, der solche „Programmierungen“ als Gehirnwäsche ablehnt oder auch nur eine Verzerrung der Realität darin sieht, wird skeptisch reagieren. Wenn Tipps zum positiven Denken den Trendcharakter eines zur Jahreszeit passenden Kleides haben, ist ihnen ebenso wenig Substanz oder Beständigkeit zuzurechnen wie der neuesten Mode. So, wie man sich im Frühjahr einen bunten Pulli überstreift, probiert man es halt auch mal mit dem positiven Denken. Mach mit, was schickt ist! Auch verführt positives Denken zur Bequemlichkeit. Mancher Hundehalter gaukelt sich bloß vor, Einfluss nehmen zu können, und staunt dann, wenn er merkt, dass er gar keinen hat. Augenschere ist sehr leicht geschehen.



**Hört der Hund wirklich zuverlässig auf den Rückruf? Oder reden Sie sich das nur ein, weil sie ihren Hund positiv sehen möchten?**

### An sich ist eine solche Haltung wünschenswert, aber...

Völlig überzeugt vom guten Ausgang war auch der Besitzer eines Cockermischlings, als dieser mit tropfendem Zahn vor der Küche saß und sein Herr ihn zu streicheln gedachte. Das „blaue Wunder“ geschah und es kam zum Biss in die Hand. Dabei hatte der beherzte Besitzer gemeint, genügend Respekt auszustrahlen. Sein Hund würde das keinesfalls wagen! So sicher war er sich... An sich ist eine solche Haltung wünschenswert und meine Arbeit gestaltet sich sehr viel einfacher, wenn meine Vierbeiner positiv eingestellte Besitzer haben. Wenn einer solch (sich selbst) vertrauenden Sicht nicht die reine Blauäugigkeit zu Grunde liegt, ist es bedeutend einfacher, dem vorhandenen Mut die nötige Kompetenz in Theorie und Praxis hinzuzufügen. Mut hingegen aufzubauen, ist sehr viel schwieriger!

### Ungewohnte Gedanken und Erfahrungen zulassen

Positives Denken spielt in meine Arbeit stark hinein, und das aus gutem Grund. Keineswegs geht es dabei um beschwörende Selbsthypnose. Das Wichtigste ist getan, wenn es dem

*„Wir sind bereits unterschiedlich veranlagt. Es ist also verständlich, warum Empfehlungen zum positiven Denken beim einen auf Resonanz stoßen und beim anderen überhaupt nicht.“*

**Gesine Mantel**

Hundehalter gelingt, während des Trainings von neuen Handlungsabläufen weder in alte Denkstrukturen zu verfallen noch sich mit Prophezeiungen zu blockieren, die ins Negative zielen. Sein Hund hat sich nämlich inzwischen weiterentwickelt und verhält sich auch neu. Etablieren kann sich dieses Neue aber nur, wenn sein Herrchen oder Frauchen ebenfalls neu reagiert. Dies setzt voraus, dass man ungewohnte Gedanken und Erfahrungen auch zulässt. Selbstredend muss das positive Denken „gedeckt“ sein. D.h., ich sollte echte Optionen haben, wenn mein Handeln erforderlich wird. Manch einer dachte schon, die Machtdemonstration sei damit erledigt, dem Hund das Fressen wegzunehmen. Und dann – oh Schreck! – ging der Vierbeiner erzürnt auf seinen Herrn los und zeigte damit, dass er ganz andere Vorstellungen von der Hierarchie im Haus hat als sein menschlicher Mitbewohner. Wann immer ich Hundehalter, die das Wegnehmen von Futter attraktiv fanden, fragte, was sie in einem solchen Fall denn tun wollten, stieß ich auf Ratlosigkeit. Zum Scheitern verurteilt ist positives Denken, wenn man ohne Aufwand etwas erreichen möchte. „Nebenbei“ kann man eben nicht überzeugen – auch nicht einen Hund! Nur, wenn mein

*„Bevor ich mich also als Therapeut mit der Denkstruktur meines Klienten auseinandersetze, muss ich herausfinden, welche Vorannahmen er macht und wie er zu sich selbst steht; wie viel er sich zutraut.“*

Gesine Mantel

Begleiter spürt, dass Wille und Einstellung bei mir im Einklang sind, wird er mich ernst nehmen. Positiv zu denken ist auch nur dann nützlich, wenn ich Veränderungen an mir für möglich halte. Nur wenigen Menschen ist eine gesunde Autorität in die Wiege gelegt, was aber nicht heißt, dass man sich das Fehlende nicht aneignen könnte. Allerdings muss ich daran zu glauben in der Lage sein, bevor „richtiges“ Denken seinen Sinn erfüllen kann. Bevor ich mich also als Therapeut mit der Denkstruktur meines Klienten auseinandersetze, muss ich herausfinden, welche Vorannahmen er macht und wie er zu sich selbst steht; wie viel er sich zutraut. Es wäre ein völlig unnützes und damit erfolgloses Operieren, wollte man sich mit dem Halter um eine neue Sicht bemühen, wenn er tiefe Zweifel an seiner Kompetenz hegt.

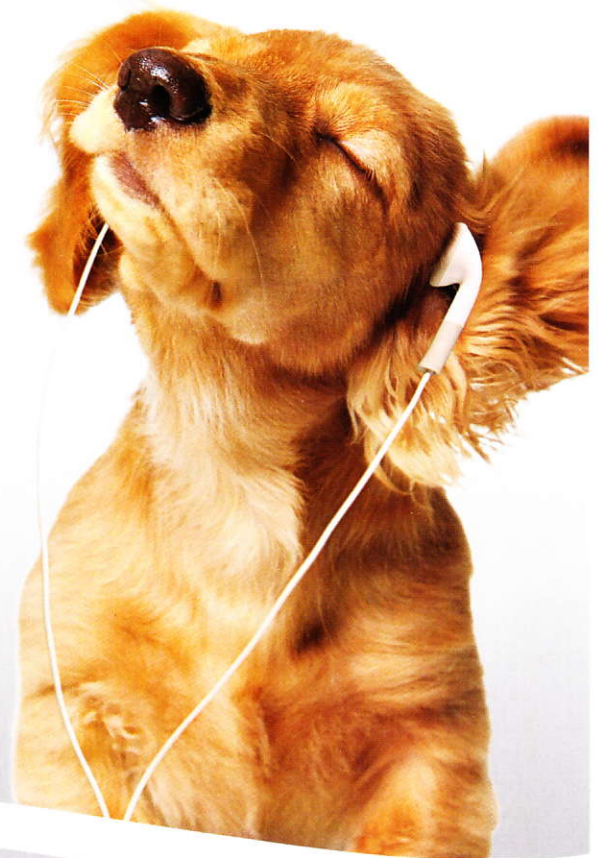
Ganz anders liegt es, wenn der positive Blick von Herrchen oder Frauchen dem Motto geschuldet ist: Es kann nicht sein, was nicht sein darf! Wenn das Eingeständnis darüber, dass mein Vierbeiner aggressiv auf andere Hunde reagiert, gar zu hart wäre, kann diese Tatsache die eigene Wahrnehmung verzerren und zu allerlei beschönigenden Ausreden führen. „Der meint es nicht so!“, ist eine der häufigsten Erklärungen, wenn der eigene Hund, aufgepumpt wie ein Kugelfisch, provokativ kläffend auf andere losschießt. Da hat die positive Sicht dann tatsächlich etwas krampfhaft Beschwörendes.

Ob die unangenehme Erkenntnis sich nun auf mich selbst richtet oder auf meinen Hund, ist am Ende ohne Bedeutung. Ob es Imagegründe sind oder einfach Selbstüberschätzung – positives Denken erfordert die Anerkennung der Realität, wenn es sich konstruktiv auswirken soll.

Positiv zu denken ist nur dann nützlich, wenn ich Veränderungen auch an mir für möglich halte. Mensch und Hund müssen sich stetig aneinander anpassen, was Hunden oft besser gelingt als Menschen.



*„Haste was auf den Ohren?“*



## Bay-o-Pet® Ohren-Spülung

- ▶ Befreit den Gehörgang von Ohrenschmalz, Verschmutzungen und Gerüchen
- ▶ Einfache Anwendung
- ▶ Auch als Nachfüllflasche

In Apotheke und  
Zoofachhandel erhältlich



Mit Spezial-  
applikator



Bay-o-Pet®

Pflegt Hund und Katze.

Weitere Infos unter  
[www.tiergesundheits.bayer.de](http://www.tiergesundheits.bayer.de)