

Lernen, hilflos zu sein



Learned Helplessness. Dressur vereint Eleganz mit einem harmonischen Miteinander von Reiter und Pferd. Hilflosigkeit, Angst und Apathie passen nicht in diese Idealvorstellung, sorgen aber trotzdem für Diskussionsstoff.

Learning Helplessness – ein psychologisches Phänomen, das für sich spricht. Auch Pferde können lernen, hilflos zu sein. Lernen, sich ihrem (Reiter)Schicksal zu ergeben. PferdeSport International sprach mit der promovierten Psychologin und Reitlehrerin Dr. Ulrike Thiel, die der Thematik auf den Grund gegangen ist.

PferdeSport International: Die Diskussion über das Training von Dressurpferden ist um einen Begriff reicher. Learned Helplessness, die angelernte Hilflosigkeit. Woher stammt dieser Begriff?

Dr. Ulrike Thiel: Learned Helplessness wurde in den 40er Jahren durch Martin Seligman in die Psychologie eingeführt. Seither hat das Phänomen sich seinen Platz in der Human- und Tierpsychologie und der Lernforschung erobert. Learned Helplessness-Theorien werden zur Erklärung von Formen tierischen und menschlichen Verhaltens bzw. Fehlverhaltens herangezogen.

Welche Experimente hatte Martin Seligman durchgeführt?

Seligman wollte das Reiz-Reaktions-Lernen mit negativen Reizen – also Bestrafung – untersuchen. Er traktierte Hunde in einer Box, die keine Chance zur Flucht bot, mit elektrischen Schlägen. Anstelle eines positiven Feedbacks kombinierte er den elektrischen Schock mit einem Ton und erwartete, dass die Tiere bei Präsentation des Schocks die Flucht ergreifen und mit Angst reagieren würden. Dieses Verhalten sollten sie später auch bei der Präsentation des Tons al-

Hyperaktivität kann auch ein Zeichen von erlernter Hilflosigkeit sein.

leine zeigen. Das Ergebnis war aber ein anderes. Die Tiere lernten, dass sie den Schlägen nicht entkommen konnten. In einer zweiten Versuchssituation brachte er sie in einer Box unter, in der sie sich den Stromschlägen durch Überspringen eines kleinen Hindernisses entziehen konnten. Hunde, die vorher die Schockbehandlung (negative Reinforcement) in der ausweglosen Situation nicht erfahren hatten, lernten es schnell. Die durch den vorherigen Versuchsdurchgang von der Ausweglosigkeit einer Flucht überzeugten Tiere blieben apathisch auf dem Boden liegen und ließen die Stromstöße über sich ergehen. Sie waren hilflos geworden.

Welche Schlüsse wurden gezogen?

Schnell hat sich die Tier-, aber auch die Humanpsychologie mit dem Phänomen beschäftigt und die Entstehung depressiver Bilder oder Formen von Schulversagen aus ähnlichen Lernerfahrungen des Menschen erklärt. In der Lernpsychologie bedeutet das, dass durch negative Bekräftigung die intrinsische, also innere Motivation zu eigener Initiative, gehemmt wird und verloren geht.

Was hat das Phänomen mit der Arbeit eines Dressurpferdes zu tun?

Ich bin der Ansicht, dass Learned Helplessness durch die Erhöhung des Aktivierungsniveaus des Pferdes bei gleichzeitiger übermäßiger Kontrolle kombiniert mit negativer Bekräftigung durch den Reiter gezielt im Dressursport Einsatz findet. Das Pferd wird zur willenlosen, aber spektakulären Bewegungsmaschine degradiert.

Was hat Sie zu der Ansicht gebracht? Als ich mich mit LDR- oder Hyperflexi-



Anhand von Versuchen mit Hunden hat es Martin Seligman zum ersten Mal nachgewiesen: die erlernte Hilflosigkeit durch Akzeptanz eines unausweichlichen negativen Reizes

ons-Trainingsmethode auseinanderzusetzen begann, wurde mir klar, dass die Haltung von Kopf und Hals nicht der entscheidende Faktor an der Methode ist. Die von den LDR-Spezialisten vorgebrachten Erklärungen für die Methode erschienen mir nicht schlüssig. Sie erklärten, dass diese Haltung gezielt dazu eingesetzt werden würde, um Pferde zu dehnen und den Rücken während des Trainings auf eine physiotherapeutische Art und Weise zu ‚massieren‘ und zu lockern. Sie behaupteten, dass durch Überdehnung und Verbiegen des Halses das Pferd besser gymnastiziert und auf seine Aufgabe im Dressursport vorbereitet werden würde als durch das Training der klassischen Reitlehre. Was als Grundlage der Methode verkauft wird, ist aus trainingsphysiologischer Sicht Unsinn und kann nicht die Grundlage des ‚Erfolgs‘ sein. Eine Entwicklung der Versammlung, also eine Kraftentwicklung in der Hinterhand,

kann nicht von einem Pferd erreicht werden, das ohne einen gewissen Grad von Versammlung in viel zu hohem Tempo unausbalanciert und unter Spannung geht.

Ich begann Reiter und Pferde systematisch zu beobachten und analysierte von mir angefertigtes Videomaterial. Es fiel mir auf, dass diese Pferde in und nach der Prüfung denselben Körperausdruck, in dem sich auch ihr psychischer Zustand manifestiert, zeigen.

Welche Übereinstimmungen konnten Sie entdecken?

Eine Reihe bewegungstechnischer Komponenten: Alle Pferde hielten ihren

Rücken fest, zogen aber die Beine extrem an. Im Trab war die diagonale Fußfolge gebrochen, der Schritt kein Viertakt mehr. Bei Übergängen konnte die Hinterhand nicht unter den Schwerpunkt treten, obwohl die Pferde zweifelt versuchten, die aktiven Hinterbeine unter den Körper zu bekommen. Sie verloren die Balance.

Was mich jedoch mehr interessierte war, dass diese Pferde übereinstimmende psychische Symptome in ihrem Körperausdruck zeigten. Sie schlossen sich von Umweltreizen ab, waren aber hyperaktiv und marionettenhaft. Sie reagierten, aber waren nicht im Dialog mit Reiter und Umwelt. Sie zeigten atypische Angstreaktionen, z. B. ein Wegtauchen anstelle von Flucht oder ein schreckhaftes Hochreißen der Hinter- oder Vorderbeine. Sie fixierten weder Objekte noch bäugten sie sie näher, sondern tauchten entweder weg oder reagierten unspezifisch mit Aktivität, etwa mit passagierten Tritten. Ihre Schweißentwicklung war atypisch. Sie schwitzten nicht an den aktivierten Körperpartien, sondern stark im Hals- und Kopfbereich sowie den Lenden. Es war klar zu sehen, dass diese Pferde nach der Prüfung



So soll es sein: Ohren vorne, Gesichtsausdruck entspannt – Bonaparte bei der Siegerehrung der DM in Münster mit einer streichelnden Heike Kemmer



Das hat die Szene verwundert: Eine Weltmeisterin, die ihr Pferd bei der Siegerehrung in Aachen nicht mehr kontrollieren kann, Anky van Grunsven und der explodierende Salinero.

Eine Person, die die Erfahrung gemacht hat, dass Handlungsergebnisse unabhängig von ihrem Verhalten und Bemühen sind, lernt, dass zwischen diesen beiden Faktoren kein Zusammenhang besteht.

Nach wiederholten Unkontrollierbarkeitserfahrungen bildet sich die Erwartung zukünftiger Unkontrollierbarkeit auch für Situationen aus, die kontrollierbar sind.

Theorie von Martin Seligman

sich nicht entspannten. Sie blieben ‚weggetreten‘. Um sicherzustellen, dass ich mir das nicht einbilde, habe ich Videoaufnahmen von nach dieser Methode gearbeiteten sowie klassisch gearbeiteten Pferden in und nach der Prüfung durch Gruppen von Reitern und Nicht-Reitern beurteilen lassen. Alle konnten die mit LDR und nicht mit LDR gearbeiteten Pferde auseinanderhalten.

Welchen Schluss haben Sie gezogen?

Mir wurde bewusst, dass Körperhaltung,

Schmerz, negatives Reinforcement und in Verwirrungbringen gezielt eingesetzt werden, um einerseits jede Eigeninitiative des Pferdes zu ersticken und andererseits es in einen psychischen Zustand zu bringen, der es hyperaktiv und zugleich apathisch macht. Das Pferd lässt alles mit sich tun und überreagiert andererseits auf alle ‚Hilfen‘, auch wenn es unmöglich ist, die Beine unter den Schwerpunkt zu setzen. Damit war für mich der ‚Link‘ zum Phänomen Learned Helplessness gelegt.

Ich schrieb verschiedene Abhandlungen darüber, wie stark bei Pferden Körperhaltung, Bewegung und Ausdruck mit dem psychischen Zustand gekoppelt sind und wie durch systematischen Einsatz von körperlicher und geistiger Verunsicherung des Fluchttiers Pferd dieses in einen Zustand von angelernter Hilflosigkeit gebracht werden kann. Seine Bewegungen werden spektakulär und hyperaktiv. Es besitzt aber nicht mehr die Durchlässigkeit und Biomechanik eines entspannt und mit Freude arbeitenden und mitdenkenden Pferdes, so wie wir es nach dem FEI-Reglement erwarten würden.

Wie beurteilen Sie die künftige Entwicklung?

Ich sehe es als einen Schritt in die richtige Richtung, den Gedanken Learned

Helplessness in Zusammenhang mit Hyperflexion zu bringen, so wie es mittlerweile von mehreren Wissenschaftlern aufgegriffen wurde. Ich hoffe, dass gezielte Untersuchungen mehr Licht auf diese Form des Missbrauchs von negativem Lernverhalten werfen werden. Vor allem hoffe ich, dass Reiter, Laien, Profis und Richter lernen, den Körperausdruck des Pferdes zu lesen und Zeichen von Learned Helplessness zu erkennen und nicht mehr diese Methode durch Erfolg zu legitimieren helfen.

Das Interview führte Birgit Popp.

Dr. Ulrike Thiel ist promovierte Psychologin, studierte Ethologin, sie ist Reiterin, Reitlehrerin (Trainer B Reiten und Voltigieren), Behindertenreitlehrerin und Reithérapeutin. Sie hat verschiedene Sparten des Reitsports aktiv ausgeübt (Dressur, Springen, Vielseitigkeit, Jagdreiten und Wanderreiten), ist Dressurrichterin und arbeitet an ihrem eigenen **Institut für Equithérapie und Hippische Sportpsychologie in den Niederlanden** (www.hippocampus-nl.com) mit Pferden und Menschen. Sie hat jahrelang wissenschaftlich das Lernverhalten von Menschen untersucht und in ihrer Freizeit sich mit dem von Tieren beschäftigt. Im Augenblick schreibt sie ein Buch über **„Die Psyche des Pferdes“** für den deutschen Kosmos Verlag.

