

Magazin

Wenn der Spaziergang zum Spiessrutenlauf wird

Angst vor Hunden Der Thuner Anton Genna hat sich seiner Angst vor Hunden gestellt – mit der Hilfe zweier Expertinnen.

Melissa Burkhard

Muna zerrt an der Leine ihres Frauchens. Sie erblickt den neuen Freund schon von weitem und will ihn begrüßen.

«Darf ich sie loslassen?», ruft Manuela Mani-Gerber. «Ja!», sagt Anton Genna, und sofort rennt Hündin Muna auf ihn zu. Lachend begrüsst er sie. «Das ist unglaublich», sagt Manuela Mani-Gerber, während sie zu den beiden stösst. «Das hätte ich früher nie für möglich gehalten», stimmt Anton Genna zu. Es ist ein Satz, der an diesem Nachmittag noch mehr als einmal fallen wird. Denn: Anton Genna hat Angst vor Hunden. Nicht nur ein bisschen. Die Angst ist so gross, dass für ihn jeder Spaziergang zum Spiessrutenlauf werden kann.

Menschen mit Canophobie

Dass der ehemalige Regierungstatthalter von Thun Hündin Muna heute sogar an die Leine nimmt, verdankt er Hundexpertin Manuela Mani-Gerber. Die beiden wohnen in der direkten Nachbarschaft in Thun und begegnen sich oft beim Spazieren. «Eines Tages überwand ich mich und fragte, ob sie mir nicht ihren Hund vorstellen wolle», sagt Anton Genna.

Dass er da an eine Expertin geriet, war ihm nicht klar. Manuela Mani-Gerber arbeitet seit über zehn Jahren mit Hunden und führt gemeinsam mit ihrer Kollegin Julia Greiner-Jenni das Unternehmen All the Best 4 Dogs. Sie bieten neben einem Online-shop auch Dienstleistungen rund um die Beziehung von Mensch und Hund an. Dabei coachen sie auch Menschen, die unter Canophobie leiden. So wird die Angst vor Hunden genannt.

Nun ist es schon der fünfte Spaziergang, den die drei gemeinsam machen. Mittlerweile kann Genna die Hündin nicht nur führen, er kann sie sogar füttern, wenn sie stillsitzt. «Dass ich mal einem Hund zu essen geben würde, hätte ich nie gedacht», sagt er – da ist es wieder.

Ein mulmiges Gefühl

Die Angst begleite ihn schon seit jeher, sagt Genna. Seit er denken könne, wechsle er die Strassen-seite, wenn er einen Hund auf ihn zukommen sehe. «Intellektuell weiss ich natürlich, dass die Angst in den meisten Fällen unbegründet ist», sagt er – der Körper mache da aber nicht mit. Ein unangenehmes, mulmiges Gefühl überkomme ihn. «Ich versuche, es zu überspielen.» Unterdrücken könne er die Angst aber nicht.

Es sind typische Reaktionen einer spezifischen Phobie, wie es die Canophobie ist. Bei den spezifischen Phobien handelt es sich um Ängste, die sich auf ganz bestimmte Situationen oder Objekte beziehen wie etwa auf das Fliegen, auf das Liftfahren oder eben auf Hunde. Die Betroffenen wissen, dass ihre Furcht übertrieben ist und in Wirklichkeit keine grosse Gefahr besteht. Dennoch meiden sie zunehmend Situationen, in denen sie ihrer Angst ausgesetzt sind.



Ein Spaziergang, der vor ein paar Wochen so noch nicht möglich gewesen wäre. Schäferhund Ice, Julia Greiner-Jenni, Riesenschнауzer Muna, Manuela Mani-Gerber und Anton Genna (von links). Foto: Franziska Rothenbühler

«Dass ich mal einem Hund zu essen geben würde, hätte ich nie gedacht.»

Anton Genna
Thun

Über die Jahre habe auch er sich so seine Vermeidungsstrategien erarbeitet, sagt Anton Genna. Neben dem Strassenseitenwechseln ging es auch so weit, dass er gewisse Orte im Quartier mied, um nicht in eine Situation zu geraten, wo er einem Hund nicht mehr aus dem Weg gehen könnte.

Lebensqualität eingeschränkt

Ähnliche und drastischere Beispiele kennen Manuela Mani-Gerber und Julia Greiner-Jenni aus ihrer Arbeit: «Die Angst kann so weit gehen, dass Betroffene nicht mehr einkaufen können, weil vor dem Geschäft ein Hund sein könnte», sagt Manuela Mani-Gerber. Die Angst verringere mehr und mehr die Lebensqualität. Schliesslich sind Hunde beinahe überall anzutreffen.

Seit Mitte Jahr führen die beiden Frauen ihr Unternehmen. Julia Greiner-Jenni trainiert seit über zwanzig Jahren mit eigenen Hunden. Manuela Mani-Gerber kommt ursprünglich aus der Pflege, arbeitete aber auch lange in der Erwachsenenbildung. Ausserdem bildete sie sich zur zertifizierten Delfintherapeutin aus und lernte dort, wie heilsam Tiere sein können. Auch in ihrer jetzigen Funktion sehe sie sich als Brückenbauerin zwischen Tier und Mensch. «Es gibt keine schwierigen Hunde, nur schwierige Hund-Mensch-Beziehungen», sagt sie.

Zunehmend coachen Julia Greiner-Jenni und Manuela Mani-Gerber Klientinnen und Klienten

mit Canophobie. Darunter sind viele Kinder. Mehrheitlich melden sich aber Männer bei ihnen. Ihnen falle es besonders schwer, sich der Angst zu stellen. «Sie sagen lieber, sie seien allergisch auf Hunde, aber als Pflegefachfrau sehe ich sofort, ob jemand allergisch ist oder nicht», sagt Manuela Mani-Gerber. Dass die Furcht mit viel Scham behaftet ist, zeigt sich auch daran, dass laut Manuela Mani-Gerber viele ihrer Klienten sehr auf Diskretion bedacht sind.

Dass Anton Genna öffentlich darüber spreche, sei eine Ausnahme. Für sie hat dies mit dem allgemeinen gesellschaftlichen Umgang mit Angst zu tun. «Ich stelle fest, dass in unserer Leistungsgesellschaft Angst keinen Platz hat», sagt die 53-Jährige. Seine Schwächen zuzugeben, mache angreifbar. Dabei sind Phobien keine Seltenheit. Auch wenn es keine offiziellen Zahlen dazu gibt, wie viele Menschen in der Schweiz Angst vor Hunden haben, leidet statistisch gesehen jeder zehnte Mensch in der Schweiz einmal im Leben an einer temporären oder dauernden Angststörung.

In der eigenen Komfortzone

Bei der Canophobie kommt erschwerend dazu, dass die meisten Menschen in Hunden wohl keine Bedrohung sehen – im Gegenteil. «Bei vielen Menschen stösst die Angst auf Unverständnis», sagt Julia Greiner-Jenni. Dabei brauche es nicht unbedingt einen Auslöser wie etwa einen

Hundebiss, um eine Canophobie zu entwickeln.

Bei den «Coaching-Stunden», wie sie es nennen, versuchten sie jeden Klienten dort abzuholen, wo er gerade stehe. Helfen können man dann auf verschiedene Weise, etwa über Spaziergänge mit Hündin Muna und dem Schweizer Schäferhund Ice von Julia Greiner-Jenni, über Atemübungen oder indem sie darüber aufklären, wie Hunde denken und kommunizieren. Die Philosophie hinter den Coachings sei es, positive Gefühle auszulösen. Anders, als man vielleicht denken mag, sollen ihre Klientinnen und Klienten nie ihre eigene Komfortzone verlassen.

Ein individuelles Coaching

Aber Manuela Mani-Gerber betont: «Wir sind keine Psychologinnen.» Sollten sie merken, dass die Angst tiefgreifender ist, würden sie den Betroffenen raten, sich an eine Fachperson zu wenden.

Die Coachingstunden seien sehr individuell, sagt Julia Greiner-Jenni, genauso wie deren Anzahl, bis sich Ergebnisse zeigen würden.

Bei Anton Genna brauchte es nur vier Spaziergänge. Doch: «Im Moment bin ich noch sehr auf Muna fokussiert», sagt er. Ob er seine Angst auch bei fremden Hunden überwinden könne, wisse er noch nicht. Sein vorläufiges Ziel: Ohne Furcht auf seine wöchentlichen Wanderungen gehen. «Hundehalter will ich ja trotzdem nicht werden», sagt er und lacht.

Lukas Bärfuss wird Gastprofessor an der Uni Bern

Berner Literatur Mit Lukas Bärfuss tritt ein gebürtiger Thuner die renommierte Friedrich-Dürrenmatt-Gastprofessur an. Er wird über «Wahnsinnige und Idioten» sprechen.

Schriftsteller Lukas Bärfuss wird im kommenden Frühjahrssemester als Friedrich-Dürrenmatt-Gastprofessor für Weltliteratur an der Universität Bern lehren. Er werde sich dabei intensiv mit dem Werk von Dürrenmatt auseinandersetzen, schreibt die Uni in einer Medienmitteilung.

Zwischen den beiden Autoren gibt es einige Parallelen. Wie der Konolfinger Dürrenmatt beschäftigt sich der Thuner Bärfuss in seinen Werken immer wieder mit menschlichen Abgründen und gesellschaftlichen Problemen. Und auch er scheut nicht davor zurück, sich kontrovers zu aktuellen politischen Themen zu äussern. Zudem erhielt Bärfuss 2019 wie zuvor bereits Dürrenmatt den Georg-Büchner-Preis, der als angesehenster Literaturpreis im deutschsprachigen Raum gilt.

Der 49-jährige Lukas Bärfuss ist Dramatiker, Romancier und Essayist. Sein internationaler Durchbruch gelang ihm mit dem Theaterstück «Die sexuellen Neurosen unserer Eltern», das 2003 am Theater Basel uraufgeführt wurde. Fünf Jahre später veröffentlichte er sein Romandebüt «Hundert Tage». Das Buch ist eine Auseinandersetzung mit der Rolle der Schweiz beim Völkermord in Ruanda.

Seine erste Vorlesung in Bern hält Bärfuss am Donnerstag, 25. Februar, um 10 Uhr. Die Reihe steht unter dem Titel «Wahnsinnige und Idioten». Die öffentliche Auftaktveranstaltung zur Gastprofessur ist auf Mittwoch, 3. März, um 18.30 Uhr im Hallersaal der Berner Burgerbibliothek angesetzt. Bärfuss referiert dann



Lukas Bärfuss ist Dramatiker, Romancier und Essayist.

Foto: Lea Meienberg

zum Thema «Eine kleine Geschichte des Wahnsinns» und führt ein Gespräch mit dem Literaturwissenschaftler Oliver Lubrich.

Auf der Website der Uni Bern gibt es Informationen, unter welchen Bedingungen die Anlässe stattfinden. Je nach Corona-Situation werden sie im Internet live übertragen – oder es werden Aufzeichnungen zur Verfügung gestellt.

Mirjam Comtesse

www.unibe.ch