

MICKIE KÅSERAR & TYCKER TILL...

Mickie Gustafson är legitimerad humanpsykiolog och har specialiserat sig på relationen mellan hund och människa. Hon har arbetat med hundagarutbildning över 35 år och driver utbildningsföretaget Karisma www.karisma-utbildning.se.

OBS! Eventuella personer eller hundar på bild har inget samband med artikelnehållet.



”Bokstavs hundar” FINNS DE!

Lite då och då får jag frågan om även hundar (precis som människor) kan ha ADHD/DAMP. På det måste jag ärligt medge att det vet jag inte. Men jag vet hur vi kan framkalla ADHD-liknande beteenden hos hundar. Och också hur vi kan förstärka eller reducera dessa beteenden. Om det är helt eller delvis överförbart på människor överlämnar jag till dig som läsare att avgöra.

Låt mig inledningsvis understryka att jag med denna artikel inte avser att ge en utförlig beskrivning av ADHD eller andra neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (en hundtidning är knappast rätt forum). Inte heller är min avsikt att fördjupa mig i diagnosen ADHD eller att förringa de svårigheter det kan medföra att leva med olika former av funktionsnedsättningar. Avsikten är att försöka titta lite närmare på det som skulle kunna kallas ADHD-liknande beteende hos hundar.

Diagnos

När vi ställs inför beteenden som vi inte känner igen, som kanske är svåra för oss att förstå, som är besvärliga, för både omgivningen och för den drabbade, så vill vi gärna ha någon form av förklaring (exempelvis en diagnos). Utifrån en ställd diagnos kan vi sedan (förhoppningsvis) få ett ”program” eller handlingsplan som vi kan följa. Det kan göra det enkelt för oss på så vis att vi kanske till viss del slipper känna oss helt hjälplösa inför något vi inte kan hantera. Hundägare är inget undantag utan vi kan också känna oss handfallna och vill också förstå och hitta ”rätt” väg, ”rätt” handlingsplan.

Så diagnosen ADHD på en hund skulle (även om den kanske inte alltid vore till någon egenlig hjälp) ändå kunna befria även hundägare från det dåliga samvetet som så

ofta pockar på och vill ha svar på frågan: är det mitt ”fel”?

ADHD och dess symptom

ADHD är en förkortning av Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. På svenska: uppmärksamhetsstörning/hyperaktivitet. Symtomen varierar och olika personer med ADHD kan ha väldigt skilda problem. Problemen förändras dessutom i takt med åldern och beroende på i vilken miljö personen vistas.

Här följer en mycket kort och på intet vis uttömmande symtombeskrivning:

- Överaktivitet (vanligast hos mindre barn). De är ständigt i rörelse, de hoppar, springer, klättrar och har svårt att vara still.
- Humörsvängningar, små problem kan leda till stora utbrott.
- Kontakten med andra barn är ofta fylld av konflikter.
- Koncentrationssvårigheter och svårigheter att lyssna och uppfatta instruktioner.
- Svårt att koppla av, rastlös.
- Glömska och tankspriddhet (som naturligtvis kan vara en effekt av ovanstående).
- Ouppmärksam.
- Otålig, låg frustrationströskel.

Kanske har du redan konstaterat att ovanstående också skulle kunna vara en beskrivning som i många avseenden kan passa in på de flesta av oss (även hundar). Men ändå får

inte ALLA (som är exempelvis aktiva eller rastlösa) diagnosen ADHD. Det vill till mer än så. Men ibland kan gränsen vara så fin att det helt enkelt är frågan om en gradskillnad mellan vem som får en diagnos (och som behöver och är hjälpt av den) och den som inte får eller ska ha en diagnos.

Efter denna mycket korta sammanfattning kan vi kanske närma oss hur detta skulle kunna vara överförbart eller jämförbart med hund.

Orsaker till uppkomsten av ADHD-liknande beteenden hos hund

Ingen har med säkerhet kunnat fastställa uppkomsten av ADHD och forskare pekar på såväl ärftlig benägenhet som miljöpåverkan (stress verkar, som i så många andra sammanhang, ha någon form av inverkan).

När det gäller hundar så finns, mig veterligen, ingen som fått en diagnos och det är kanske inte heller önskvärt. Däremot kan det kanske vara av intresse att se vad som kan orsaka eller framkalla ADHD-liknande beteenden hos hundar.

Nedan följer en lika kort beskrivning av vad som kan orsaka ADHD-liknande beteenden hos hund. Jag vill poängtera att jag utgår från de erfarenheter och iakttagelser jag gjort genom att ha studerat och utrett tusentals hundar av olika raser, i olika åldrar och med olika bakgrund.



ILLUSTRATION: MICKIE GUSTAFSSON

- Överstimulering – t.ex. många olika aktiviteter, nya miljöer, många intryck etc.
- Brist på vila och återhämtning (hör vanligtvis ihop med ovanstående).
- Brist på kontroll – t.ex. ingen (eller få) förstår eller bryr sig om vad hunden vill, gör eller försöker förmedla (förutom då den blir så utåtagerande att det blir svårt för omgivningen att inte agera eller reagera).
- Brist på trygghet – t.ex. avsaknad av eller för många ”anknytningsindivider”. Hunden vet inte riktigt var den hör hemma eller vem eller vilka som ingår i dess närmaste ”flock”. Vanligare hos hundar där ägarna har ”delad vårdnad” eller hundar som vistas på dagis tidig i livet.
- Stressig miljö – t.ex. många individer (i samma ålder) på begränsad yta, hög ljudnivå, ökad konkurrens- och konfliktnivå.
- Krav och prestation – t.ex. att vara duktig för det man gör (fast man inte alltid vet vad man ska göra eller när det ska göras) istället för att bara ”få vara” hund.
- Ju fler av ovanstående faktorer och ju yngre individen är när den utsätts för dem, desto mer i riskzonen är den för att utveckla någon form av ADHD-liknande beteende.

Samtliga av dessa faktorer skulle lätt kunna sättas under en och samma samlingsrubrik, nämligen Stress. Så med andra ord – en stressad hund kan bete sig som om den har ADHD!

Behandling och rehabilitering av hundar med ADHD-liknande beteenden

I de fall där vi är så lyckligt lottade att vi inte bara har kunnat ställa en diagnos utan dessutom kan misstänka vad som orsakat ett visst tillstånd ökar våra möjligheter att kunna finna en fungerande handlingsplan. Och om vi vågar utgå från att orsaken är stress i någon form (vilket jag alltså vågar) så behöver vi inte ens ställa en diagnos på hunden – vi behöver stressanera!

Om så är fallet är det alltså miljön, inte hunden, som behöver åtgärdas. Hunden har enbart reagerat på en miljö som den inte har kunnat hantera. Att det sedan finns hundar som klarar olika mycket och olika miljöer förändrar inte det faktum att om vi vill ha en hund utan ADHD-liknande beteenden, så måste vi påverka dess miljö.

Och vi måste också ha i ständig åtanke att

den hund som en gång har utvecklat ett sådant beteende (det vill säga utsatts för mer stress än den haft resurser att hantera) kommer alltid i viss mån att vara stressintolerant eller stresskänslig.

Vems är felet?

För dig som råkar ha en ”bokstavshund” och som fortfarande undrar vems ”felet” är, eller som till och med börjar känna ett styng av det där dåliga samvetet som så många med ansvar för en annan individ lätt drar på sig, skulle jag vilja säga följande:

Eftersom vi faktiskt inte riktigt kan veta, ens när det gäller hundar, så låt oss då hoppas att ”felet” är ditt. För därmed ökar dina möjligheter att påverka och förändra. För den miljö du kan erbjuda din hund är vanligtvis lättare att påverka just nu, just idag än exempelvis det genetiska arvet.

Och kom sedan alltid ihåg att vad du än gör och hur du än gör, så är hela ansvaret för en annan individs personlighet aldrig helt ditt. Vi kan varken ta på oss hela ”skulden” eller hela äran.

Personligheten är större än så. ♦