

## **HYPERSENSITIVITÄT**

# Wenn Katzen überdurchschnittlich viel fühlen

Vielleicht wundern Sie sich, dass ihr wohlbehütetes Büsi, welches nie durch ein Ereignis «traumatisiert» wurde, manchmal aussergewöhnlich empfindlich reagiert. Dann könnte Ihre Samtpfote hochsensibel sein und zu den besonders intensiv wahrnehmenden feline Kandidaten gehören.

Text: Lena Konitzer



**Katzen sind allgemein sehr feinfühlig und nehmen kleinste Veränderungen in ihrer Umwelt wahr, was lebensrettend für sie sein kann.**

Fotos: Recebin / Adobe Stock (oben), bartachilles / Adobe Stock (rechts)







**Hochsensibilität ist durch eine intensivere Wahrnehmung von Reizen gekennzeichnet, egal ob diese positiv oder negativ sind (links und rechts).**

Fotos: farbkombinat / Adobe Stock (links), karinrin / Adobe Stock (rechts)

Tatsächlich sind fast alle Katzen sehr feinfühlig. Ihr Körperbau und ihre Sinne sind darauf spezialisiert, kleinste Veränderungen in ihrer Umwelt wahrzunehmen. Wie sollten sie sonst kleine Nagetiere aufspüren und als Fluchttier Situationen zu ihrer eigenen Sicherheit lebensrettend einschätzen? Dennoch gibt es nicht wenige Katzen, die noch empfindsamer als der Durchschnitt sind und als hypersensitiv gelten. Das kann sich unter anderem beispielsweise in folgenden Situationen zeigen:

- Sie drehen das Radio etwas lauter auf und «schwups» sucht ihre Fellnase das Weite.
- Es ist Zeit für eine Schmusestunde, aber Ihre Fellnase duckt sich weg.
- Sobald sich Besuch ankündigt, ist das Büsi für den Rest des Tages unauffindbar.
- Raschelpapier und klappernde Dosen erschrecken das Büsi.
- Sie müssen extra feines Katzenstreu besorgen, weil die Katze sonst neben das Kistchen pinkelt.
- Ihre Samtpfote meidet nach dem Waschen ihre Schlafdecke oder kratzt sich auffällig oft, nachdem sie darauf lag.

Das Phänomen der intensiveren Wahrnehmung ist schon länger bekannt und kann Menschen wie Tiere betreffen. Erstmals wurde die Hochsensibilität vor einem Jahrhundert vom russischen Physiologen Iwan Pawlow untersucht. Er entdeckte als erster, dass Tiere auf gleiche Reize unterschiedlich reagierten. 1997 definierte die amerikanische Psychotherapeutin Elaine N. Aron die Hochsensibilität neu, und zwar auf ihrer Grundlage der Forschungsarbeiten zur Sensitivität (auch sensori-

sche Verarbeitung genannt). Sie erstellte ein Konzept, um Hypersensitivität zu erkennen und besser damit umgehen zu können. Seitdem ist der Begriff der intensiveren Wahrnehmung weltweit bekannt und findet auch in der Tierwelt immer mehr Beachtung.

### **Was ist Hochsensibilität und wie entsteht sie?**

Hochsensibilität gilt als Persönlichkeitsmerkmal und ist keine Störung oder Krankheit. Sie ist gekennzeichnet durch eine intensivere Wahrnehmung von (Umwelt-)Reizen – von negativen wie Lärm und Schmerzen ebenso wie von positiven wie Streicheln. Hochsensibilität kann also sowohl schnelle Reizüberflutung als auch genussvolleres, intensiveres Erleben bedeuten.

Zu den Merkmalen für Hypersensitivität gehören eine verstärkte Wahrnehmung umweltbezogener Details wie Geräusche und Gerüche, intensiveres Verarbeiten, stärker ausgeprägte Reaktionen sowie eine schnellere Überforderung durch äussere Reize. Die Ursachen sind bei Mensch und Tier noch immer völlig unbekannt. Die Wissenschaft geht aber stark von einer genetischen Veranlagung aus sowie einer veränderten Aktivität verschiedener Hirnstrukturen wie unter anderem im Neocortex und des Hypothalamus.

Darüber hinaus gibt es auch die These der erworbenen Überempfindlichkeit. Entstanden unter anderem durch ein oder mehrere traumatische Erlebnisse, an die sich Mensch und Katze in bestimmten Situationen bewusst oder unbewusst erinnert und getriggert wird. Hier besteht aber die Chance, an den auslösenden Reizen mithilfe der Desensibilisierung zu arbeiten.



Dennoch gibt es Anhaltspunkte, die auf eine eventuelle Hypersensitivität bei Katzen hindeuten. Dazu gehören unter anderem:

- Schreckhaftigkeit
- Wegducken
- Konfliktvermeidung
- vermehrte Ängstlichkeit
- Wetterfühligkeit
- erhöhtes Schlafbedürfnis
- Unruhe
- vermehrtes Vokalisieren
- Unzufriedenheit
- Allergien
- Neurodermitis
- Asthma
- struppiges Fell
- Magen-Darm-Störungen
- vermehrtes Putzen
- Petting-and-biting-Syndrom
- chronische Blasenentzündungen
- erhöhte Wachsamkeit
- Nervosität
- schnellere Abwehrreaktionen
- Rückzugstendenzen
- Rolling-Skin-Syndrom
- Appetitlosigkeit
- Trennungsangst
- Distanziertheit

Mit viel Geduld, Empathie sowie professioneller Hilfe einer Katzenverhaltenstherapeutin sowie eines Tierarztes können solche Trigger beim Tier vollständig verschwinden.

### Anzeichen für Hypersensitivität

Katzen sind in ihrer Persönlichkeit sowie ihrem Verhalten individuell und wie schon beschrieben von Natur aus sehr feinfühlig. Hinzu kommt, dass das Phänomen der Hypersensitivität oftmals ein echtes Chamäleon ist. Diese Kombination macht es sehr schwer eindeutige Merkmale herauszukristallisieren.



Schreckhaftigkeit und vermehrte Rückzugstendenzen sind nur zwei von vielen Anhaltspunkten für Hypersensitivität.

Fotos: fantom\_rd / Adobe Stock (links), FurryFritz / Adobe Stock (rechts)







### Hypersensitive Katzen brauchen von ihrem Halter viel Einfühlungsvermögen.

Foto: Evdoha / Adobe Stock

Wenn Sie mehrere dieser Symptome bei Ihrem Büsi feststellen, ist es mit grosser Wahrscheinlichkeit hypersensitiv.

### Hilfe für hypersensitive Büsi

Bei einer angeborenen Überempfindlichkeit kann man ausschliesslich einfühlsam auf das Büsi eingehen. Nur so kann man der betroffenen Katze helfen und sie dabei zu unterstützen, möglichst selten in den Zustand der Reizüberflutung zu gelangen. Hier ist sie vollends auf die Hilfe der Zweibeiner angewiesen. In der Box nebenan finden Sie viele Tipps, wie Sie Ihrem Büsi helfen können.

### Die positive Seite

Hochsensible Vierbeiner können auch ganz besondere Qualitäten besitzen. Meist sind diese Fellnasen wundervolle Tröster und geduldige Zuhörer für ihre Menschen. Sie zeichnen sich durch eine grosse Hingabe aus, die jede Schmusestunde zu einem intensiven und sehr entspannenden Erlebnis werden lässt. Extrem feinfühlig Samtpfoten zeigen unmittelbar und sehr deutlich, was sie von bestimmten Menschen und Situationen halten, was uns Dosenöffner aufmerksam machen sollte und als wichtiger Parameter für unsere Entscheidungen dienen kann. Sie lehren uns im Alltag und vor allem im Umgang mit unseren Katzen achtsamer zu sein und besser für uns und unsere Katze zu sorgen. Sehr feinfühlig Katzen haben eine faszinierende Ausstrahlung und sind einfach beeindruckend. 🐾

---

**Lena Konitzer** ist freie Journalistin.

### TIPPS UM HYPERSENSITIVE FELLNASEN ZU UNTERSTÜTZEN

- Achten Sie auf einen geregelten Tagesablauf und halten Sie sich an feste Zeiten. Das schenkt Ihrer Fellnase Sicherheit.
- Sorgen Sie für eine ruhige, häusliche Atmosphäre.
- Vermeiden Sie Reizüberflutung und hören Sie zum Beispiel Ihre Musik lieber über Kopfhörer.
- Kommen Handwerker ins Haus, sollte das Büsi während dieser Zeit in ein eingerichtetes Katzenzimmer ziehen, in das ausser Ihnen niemand hinein darf.
- Weihnen Sie Freunde und Familie ein und bitten Sie um einen extra umsichtigen Umgang mit Ihrem Sensibelchen.
- Verlegen Sie laute Hausarbeiten nicht in die Schlafenszeiten Ihrer Katze.
- Sorgen Sie für viele ungestörte Ruhezeiten und kuschelige, geschützte Schlafhöhlen.
- Halten Sie aufdringliche Sozialpartner wie andere Katzen und Hunde (wenn möglich) fern oder sorgen Sie für Ablenkung.
- Treten Sie für Ihre Katze ein, wenn diese sichtlich überfordert ist.
- Nehmen Sie Rücksicht auf die schnelle Überreizung Ihrer Fellnase und nehmen sie zum Beispiel beim Klickertraining anstelle eines lauten Knackfrosches einen leisen Kugelschreiber.
- Dosieren Sie das Streicheln (bei hautsensiblen Katzen) sehr sparsam und achten Sie auf Stresssignale.
- Respektieren Sie Ihr Büsi, wie es ist, und nehmen Sie ihr Verhalten nicht persönlich.
- Achten Sie bei Allergien auf spezielles Futter und waschen Sie Schlafdecken nur mit hypoallergemem Waschpulver. Das gleiche gilt für Raumsprays oder andere Alltagsgegenstände, die als allergieauslösend gelten.
- Probieren Sie verschiedene Materialien aus, wenn Ihr Büsi eine Decke nicht annehmen möchte.
- Bei hypersensitiven Katzen greift ganz besonders das Konzept des Mindful Cat Trainings.
- Strafen sollten generell für Katzen tabu sein, bei intensiv wahrnehmenden Vierbeinern erst recht! Arbeiten Sie ausschliesslich mit positiver Verstärkung.
- Passen Sie den Freigang oder den Leinenausflug an das zarte Nervenkostüm Ihrer Fellnase an.
- Bachblüten, Aromatherapie und Homöopathie können sensitive Vierbeiner unterstützen.