

TEIL A	Theroetische Grundlagen	9
1.	Was ist Impulskontrolle?	12
1.1	Wozu braucht man Impulskontrolle?	18
1.2	Ist mein Hund gestört?	21
2.	Mögliche Ursachen	34
2.1	Neurologische Grundlagen	34
2.2	Limbisches System	40
2.3	Das dopaminerge System	42
2.4	Das serotonerge System	47
2.5	Woher kommt Impulsivität?	50
3.	Prävention	60
3.1	Schlechte Erfahrungen vermeiden	61
3.2	Der Umgang mit der Angst	68
3.3	Verknüpfte Aufregung	73
3.4	Gute Erfahrungen ermöglichen	77
3.5	Ruhe lernen	81
3.6	Jobs for Dogs	83

TEIL B	Praktische Arbeit	97
4.	Arbeiten mit dem Problemhund	90
4.1	Den Alltag bewältigen	92
4.2	Der tägliche Umgang	99
4.3	Trainingsgrundlagen	109
4.4	Allgemeine Impulskontrollübungen	119
4.5	Zur Ruhe finden	144
4.6	Körperkontrolle	155
4.7	Richtig beschäftigen	160

5. Medikamente	166
5.1 Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SRI)	167
5.2 Serotonin-Agonisten	167
5.3 L-Tryptophan	168
5.4 Dopamin beeinflussende Substanzen	168
5.5 Opioid-Antagonisten	168
 6. Ernährung	 172
 7. Problemtraining	 180
7.1 Bevor es losgeht	184
7.2 Aufregung in verschiedenen Situationen	185
7.3 Fahrrad fahren und Joggen	198
7.4 Spazieren rasen	201
7.5 Sichtreize aushalten	205
7.6 Hundebegegnungen	208

8. Abnormal repetitives Verhalten	218
8.1 Therapie	221
9. Es ist normal, verschieden zu sein	229
10. Trainingsplan	231
Anhang	242