

# INHALTSVERZEICHNIS

## EINLEITUNG

Halten, wenn ungehalten .....	13
-------------------------------	----

## BINDUNG

Das Band, das zusammenhält .....	17
An Gesetze gebunden .....	19
Von der Beziehung zur Bindung .....	22
Erst eins, dann zwei, dann drei, dann vier — alle die gehören zu mir! .....	25
Freundschaft unter Tieren — emotionale Beziehungen .....	28
Bindungsverhalten und Erkundungsverhalten .....	32
Die sichere Basis und der sichere Hafen .....	34
Bindung — Nahrung für Körper und Seele .....	37
Grundnahrungsmittel Liebe .....	41
Hunger nach Liebe und sozialer Einbindung .....	49

## BINDUNG BEIM KIND

Vertrauen ins Leben fassen .....	53
Bindungstheorie nach Bowlby .....	55
Klassifizierung nach Ainsworth .....	56
Die „Fremde Situation“ .....	57
Bindungs-Explorations-Gleichgewicht .....	58
Bindungsmuster .....	59
► sicher gebunden .....	59
► unsicher-vermeidend gebunden .....	60
► unsicher-ambivalent gebunden .....	61
► desorganisiert gebunden .....	62

## **BINDUNG BEIM HUND**

Bindungsmuster erkennen .....	<b>63</b>
Bindungsmuster — auf den Hund gekommen .....	66
Bestimmung des Bindungsmusters .....	68
► sicher gebunden .....	70
► unsicher-vermeidend gebunden .....	72
► unsicher-ambivalent gebunden .....	75
► desorganisiert gebunden .....	79
Bindungsstörungen .....	81
Bindungsangst und Bindungsvermeidung .....	82
Keine zweite Chance für die erste Bindung .....	86
Falsch verstanden führt zu falsch gebunden .....	87
Richtig verstanden führt zu richtig gebunden .....	94
Sichere Bindung braucht der Hund .....	99

## **MENSCH-HUND-BINDUNG GESTALTEN**

Halt' dich an mir fest! .....	<b>101</b>
Halt' dich an mir fest, wenn du nicht mehr weißt .....	103
Protektive Faktoren .....	106
Das Engagement des Menschen .....	108
Werden Sie zum Affen aus derselben Kolonie .....	108
Geteiltes Leid ist halbes Leid .....	113
Das Überengagement des Menschen .....	114
Von Helikopter-Eltern und Curling-Eltern .....	114
Bindungsaufbau .....	124
Entwicklungsphasen der Bindung .....	124
<b>Die H.A.L.T.-Methode nach Cordt .....</b>	<b>128</b>
<b>H.A.L.T. — Bindung durch Feinfühligkeit .....</b>	<b>128</b>
<b>H.A.L.T. — Bindung durch Nähe .....</b>	<b>133</b>

Sleep-in .....	139
Sit-in .....	141
House-in .....	142
Winke, winke — mit den Händen, mit den Augen .....	145
Phone-home — die Leine als Verbindungsleitung .....	148
Entwicklung des achtsamen Miteinanders .....	155
Den Körper und die Seele streicheln .....	159
So richtig nett ist's nur im Bett .....	166
Tabuzonen achten .....	168
Im Nahsein Nähe vermitteln .....	174
<b>H.A.L.T. — Bindung durch Schutz, Geborgenheit und Fürsorge .....</b>	<b>177</b>
Schutz geben .....	177
► Mensch-Mensch .....	178
► Hund-Hund .....	180
► Hund-Mensch .....	182
► Mensch-Hund .....	182
Geborgenheit vermitteln .....	186
Fürsorge leisten .....	192
► Morgenritual .....	192
► Brot-Teilen .....	193
► Vertrauen geben für den Sprung über den eigenen Schatten .....	196
► Licking and grooming .....	204
<b>H.A.L.T. — Bindung durch Verlässlichkeit und Beständigkeit .....</b>	<b>206</b>
<b>H.A.L.T. — Bindung durch Achtung, Wertschätzung und Förderung .....</b>	<b>209</b>
► Den Hund achten .....	211
► Den Hund wertschätzen .....	214
► Den Hund fördern .....	215
<b>H.A.L.T. — Bindung durch Vertrauen .....</b>	<b>217</b>

<b>H.A.L.T. — Bindung durch Spiegeln von Verhaltensweisen .....</b>	<b>218</b>
Korrigierende Bindungserfahrungen .....	221
Sichere Bindung — die beste Erziehung .....	228
Und täglich grüßen die ersten Bindungserfahrungen .....	228
Humans first — erst der Mensch, dann der Hund .....	229
Bindungsarbeit im Tierschutz .....	231
Der Hund aus einem behüteten Zuhause .....	234
Der Hund aus schlechter Haltung .....	237
Das Tierheim als Wegbereiter in die sichere Bindung .....	237
Bindungsgestaltung im Vermittlungsgeschehen .....	259
Verkauft und verraten — das Entführungsopfer .....	259
Begleitet ein neues Leben beginnen .....	260
Bindungsarbeit in der neuen Familie .....	269
Struktur und Halt geben durch Regeln und Grenzen .....	275
Bindungsarbeit in externer Betreuung .....	280
Trennungen einfühlsam gestalten .....	283
► Trennung — jung erfahren .....	283
► Trennung — schmerzvoll wahrgenommen .....	285
► Trennung — erleichtern .....	286
► Trennung — als Chillout .....	290
<b>LENKEN DES SOZIALEN REFERENZIERENS (LSR)</b>	
Wie siehst du das? .....	<b>295</b>
Soziales Referenzieren .....	297
Trainingsaufbau Lenken des sozialen Referenzierens .....	305
Entfernungstraining .....	306
Hingucken-Weggucken .....	311
Der Unterschied zwischen authentischem und diktiertem Verhalten .....	321
Selbst ist der Hund .....	323

► Selbstbestimmt Alternativverhalten entwickeln .....	323
► Vorschläge sind auch Schläge .....	325
► Gewinn- und Verlustrechnung .....	326
Intrinsische und extrinsische Motivation .....	326
Die LSR-Spielregeln .....	329
Der Fels in der Brandung .....	329
Aufgewühlt und doch kontrolliert .....	330
Das Rollenspiel »Ich freue mich über den Reiz« .....	331
Nie mehr: „Das schafft er nie!“ .....	336
Offen sein für Neues .....	337
Der Filmriss .....	339
Beziehung beeinflusst Erziehung .....	340
Alles im Blick .....	342
Mit gutem Beispiel voran .....	347
Der Autopilot .....	348
Raus aus der Komfortzone .....	349
Stimme macht Stimmung .....	353
Füße, Arme, Körperfront .....	356
Das springende Zeichen .....	358
Akzente setzen .....	361
Instinctive drift .....	363
Beindrücken .....	364
Alles im Fluss .....	367

## **DER REIZ ALS ERFOLGSAUSLÖSER**

Schön zu sehen! .....	<b>369</b>
Assoziationen .....	372
Viel Lärm um nichts? .....	374
Erzeugen von Assoziationen .....	376

Volle Konzentration auf den Reiz .....	377
Keine Überbewertung bei unbekannten Reizen erzeugen .....	381
Wegloben .....	381
Konkurrierende Verknüpfungen vermeiden .....	385
Auflösen von Verknüpfungen – das heilsame Vergessen .....	387
Krimi gucken .....	389
Ablenken – was ich nicht seh', tut mir nicht weh? .....	392
Aufreger vor der Aufregung umdeuten .....	393
Der Erregung einen neuen Namen geben .....	395
Der Samaritereffekt .....	397
Die Spielregeln von „Der Reiz als Erfolgsauslöser“ .....	398
 <b>KRAFT FÜR LEBEN GEBEN</b>	
Zum Schluss .....	<b>405</b>
 <b>DIE KUH, DIE LACHT</b>	
Anhang .....	<b>409</b>
 <b>QUELLENVERZEICHNIS</b> .....	
	<b>419</b>
 <b>BILDNACHWEIS</b> .....	
	<b>431</b>
 <b>INDIVIDUELLE UNTERSTÜTZUNG</b> .....	
	<b>437</b>