

# Inhaltsverzeichnis

Einführung .....	18
<b>Teil I: Faktoren der Angst.....</b>	<b>21</b>
Kapitel 1: Ein Wort vorweg ... <i>Aggression</i> .....	22
Kapitel 2: Angst, Furcht und Phobie .....	24
Kapitel 3: Ursachen und Vorbeugung .....	26
Genetik .....	26
Mangelnde Sozialisierung .....	28
Misshandlung .....	30
Traumatische Erfahrungen.....	30
Erlerte oder assoziierte Ängste .....	32
Schmerzen/Krankheit.....	32
Kapitel 4: Das Gesicht der Angst .....	35
Körpersprache.....	36
Kampf-oder Flucht-Reaktion .....	41
Angst oder Aggression?.....	42
Beschwichtigungssignale.....	43
Kapitel 5: Körpersprache der Zweibeiner .....	49
Trainieren Sie Ihren Körper! Sieben Wege, Ängste allmählich abzubauen.....	49
<b>Teil II: Das Programm für eine solide Grundlage .....</b>	<b>53</b>
Kapitel 6: Das Programm für eine solide Grundlage .....	54
Kapitel 7: Kontrolle: Trautes Heim.....	55
Sensibilisierung .....	55
Routine ist das A und O.....	56
Der Beobachtungsposten .....	56
Boxenstopp .....	57
Ruhig ist cool.....	58

<b>Kapitel 8: Ernährung .....</b>	<b>60</b>
Werden Sie zum Etikettenprofi .....	60
Dosenfutter .....	63
Rohfütterung .....	64
Tiefkühlkost .....	64
Haussmannskost .....	64
<b>Kapitel 9: Körperliche Betätigung .....</b>	<b>66</b>
Spaziergänge .....	66
Wanderungen .....	67
Aerobic .....	67
Training zuhause .....	68
Wie Sie ihm »Aus« beibringen .....	69
Wenn Sie zu beschäftigt sind .....	70
Trainingstipps .....	71
Hundesport .....	72
Rallye, Rallye, Oh! Oh! Oh! .....	74
<b>Kapitel 10: Geistige Anregung .....</b>	<b>76</b>
Wo sind die Leckerlis? Interaktive Futterspender .....	76
Futterweitwurf .....	79
Schatzsuche .....	79
Wie wär's mit einer Spazierfahrt? .....	81
Klickertraining .....	81
<b>Kapitel 11: Führung .....</b>	<b>84</b>
Die Sprache der Führung .....	85
Dominanz .....	86
Führungsprogramm .....	86
<b>Kapitel 12: Ausbildung .....</b>	<b>97</b>
Belohnungsbasierte Ausbildung .....	97
Leckerlis oder keine Leckerlis? .....	97
Körperliche Kraft – Heben Sie sie sich fürs Fitnessstudio auf .....	99
Ausstattung, die in Frage kommt .....	100
Ausstattung, die man nicht benutzen sollte .....	104
Suche nach einem professionellen Hundetrainer .....	105
Gruppenkurse .....	107

Do it yourself .....	108
Ausbildungstipps .....	109
Korrekturen .....	110
Trickreich, trickreich.....	110
<b>Teil III: Fertigkeiten.....</b>	<b>113</b>
<b>Kapitel 13: Nützliche Fertigkeiten .....</b>	<b>114</b>
Sprechen Sie Marsianisch .....	114
Ablenkungen .....	115
Der Trick mit den Leckerlis.....	115
<b>Kapitel 14: Entspannt liegen: Eine Entspannungsübung.....</b>	<b>117</b>
Warum entspannt liegen?.....	117
Machen Sie sich an die Entspannungsarbeit! .....	118
Üben Sie im Freien.....	121
Entspannt liegen oder nicht entspannt liegen? .....	121
<b>Kapitel 15: Aufmerksamkeit .....</b>	<b>123</b>
Bevor Sie beginnen .....	123
Anziehender Blickkontakt .....	123
Ablenkungsaktion .....	126
General Isierung meldet sich zum Dienst .....	127
Und was jetzt? .....	128
<b>Kapitel 16: Berühren: Direkt ins Ziel .....</b>	<b>131</b>
Emotionen kontra Kognition.....	131
Das Berühren beibringen .....	132
Stets an Ihrer Seite .....	134
Eine berührende Kombination .....	136
Andere Ziele.....	137
Die Dinge beim Namen nennen.....	138
<b>Kapitel 17: Weggehen: Begegnungen der angsteflößenden Art vermeiden .....</b>	<b>140</b>
Erste Schritte .....	140
Kehrtwendung .....	142
Übung macht den Meister .....	143
<b>Teil IV: Ängstliches Verhalten ändern.....</b>	<b>147</b>

<b>Kapitel 18: Überblick über das Programm zur Verhaltensänderung .....</b>	<b>148</b>
<b>Kapitel 19: Voraussetzungen für den Erfolg: Engagement, einheitliches</b>	
<b>Handeln und Sicherheit.....</b>	<b>150</b>
Engagement.....	150
Einheitliches Handeln .....	150
Sicherheit.....	151
Kopfhälter .....	152
Maulkörbe .....	155
<b>Kapitel 20: Der Schlüssel zum Erfolg .....</b>	<b>160</b>
Es hängt alles von Ihnen ab.....	160
Hände weg! .....	161
Machen Sie sich Ihre Stimme zunutze.....	162
Bitte nicht anfassen.....	163
Gönnen Sie sich mal eine Pause!.....	164
<b>Kapitel 21: Angstauslöser: Bestimmen Sie die Ursache der Ängste ganz genau .....</b>	<b>166</b>
Ermitteln Sie die Angstauslöser Ihres Hundes.....	166
Erstellen Sie eine Tabelle .....	172
Machen Sie eine Zusammenfassung .....	174
Beispieltabelle .....	176
<b>Kapitel 22: Assoziationen, Generalisierung und wie lange es dauern wird .....</b>	<b>179</b>
Assoziation – Die Macht der Vorhersage.....	179
Generalisierung .....	180
Wie lange wird es dauern?.....	180
<b>Kapitel 23: Lernen Sie die Techniken kennen.....</b>	<b>183</b>
Desensibilisierung .....	183
Gegenkonditionierung .....	184
Klassische Konditionierung .....	185
Operante Konditionierung .....	186
Gewöhnung .....	187
Flooding – sagen Sie Nein! .....	187
<b>Kapitel 24: Desensibilisierungs- und Gegenkonditionierungsprogramm .....</b>	<b>190</b>
Voraussetzungen schaffen.....	190

Tipps für Leckerlis .....	191
Variablen .....	192
Vier fantastische Regeln für die Arbeit mit Variablen .....	193
Gegenkonditionierung .....	194
Übung macht den Meister .....	194
Beginnen Sie mit der Party .....	195
Beispiele für den richtigen Zeitpunkt der Leckerligabe .....	196
Beispiel für einen Übungsplan .....	196
<b>Kapitel 25: Störungssuche .....</b>	<b>202</b>
Ihr Hund nimmt in Gegenwart des Auslösers keine Leckerlis an .....	202
Ihr Hund reagiert auf den Auslöser .....	203
Nehmen Sie sich auf Video auf! .....	204
<b>Kapitel 26: Operante Konditionierung .....</b>	<b>205</b>
Sie besitzen die Fertigkeiten .....	205
Voraussehen .....	206
<b>Kapitel 27: Miss den Erfolg und der Fortschritt folgt .....</b>	<b>209</b>
Wege, um den Erfolg aufzuzeichnen .....	209
Können wir ein bisschen näher rangehen? .....	211
<b>Teil V: Behandlung bestimmter Ängste .....</b>	<b>213</b>
<b>Kapitel 28: Gäste begrüßen .....</b>	<b>214</b>
Begrüßungen an der Tür .....	214
Kontrolle .....	215
Ebnen Sie der Sicherheit den Weg .....	216
Erziehen Sie Ihren Besuch .....	217
Lizenz zum Streicheln .....	220
Nehmen Sie sich vor dem Popo-Beißer in Acht! .....	221
<b>Kapitel 29: Angst vor einem Familienmitglied .....</b>	<b>224</b>
Warum hat Towanda Angst? .....	224
Angst vor Kindern .....	225
Der Mann im Haus .....	228

Händchen halten (Berührungen übertragen) .....	231
Tricks zum Ausprobieren .....	234
<b>Kapitel 30: Tierarztbesuche.....</b>	<b>237</b>
Freundschaftsbesuche .....	237
Doktorspiele .....	239
Üben Sie das Festgehaltenwerden .....	242
Das Tragen eines Maulkorbs .....	244
Tricks zum Ausprobieren .....	247
<b>Kapitel 31: Unterwegs: Angst vor dem Auto .....</b>	<b>250</b>
VWs, Toyotas und Fords – Ach du Schreck! .....	250
Spiele in der Einfahrt .....	251
Startklar .....	252
Übungsplan .....	254
Tricks zum Ausprobieren .....	259
<b>Kapitel 32: Angst vor der Hundebox .....</b>	<b>261</b>
Woher kommt die Vorsicht vor Boxen? .....	261
Die richtige Box .....	262
Wie Sie ihn an die Box gewöhnen .....	262
Tricks zum Ausprobieren .....	265
<b>Kapitel 33: Angst vor Treppen.....</b>	<b>267</b>
Vorbereitung .....	267
Keine Angst vor Treppen .....	268
Störungssuche .....	269
Tricks zum Ausprobieren .....	269
<b>Kapitel 34: Wenn's donnert und blitzt, der ängstliche Hund meist flitzt! .....</b>	<b>271</b>
Ein sicherer Hafen .....	271
Die kleine Helferin Melatonin .....	272
Schall und Wahn .....	274
Damit Ihr Hund keinen Schlag bekommt .....	275
Komplementäre Therapien .....	275
Gabe von Arzneimitteln .....	277

<b>Kapitel 35: Geräuschempfindlichkeit .....</b>	<b>279</b>
Identifizieren Sie den Auslöser .....	280
Kontrollieren Sie den Kontakt zum Auslöser .....	281
Beispiel für einen Übungsplan .....	281
Weitere Fortschritte .....	285
Alternativlösung: Die Endlosschleife .....	285
Geräusche im Freien .....	287
Tricks zum Ausprobieren .....	287
<b>Kapitel 36: Bewegungsempfindlichkeit .....</b>	<b>289</b>
Wie man einzelne Auslöser angehen sollte .....	289
Spielen Sie verrückt .....	291
Allgemeine Bewegungsempfindlichkeit .....	291
<b>Kapitel 37: Berührungsempfindlichkeit .....</b>	<b>293</b>
Komm her, lass mich dich ganz fest umarmen .....	293
Andere Arten von Berührungen .....	294
Warum so empfindlich? .....	294
Überlegungen und Vorbereitung für den Übungsplan .....	295
Übungsplan .....	297
Hand über Hand: Berührungen übertragen .....	302
Alternative Methode: »Vorbeirutschen« .....	304
<b>Kapitel 38: Bürsten und Krallenschneiden .....</b>	<b>307</b>
Bürsten .....	308
Die Bürste berühren .....	309
Einmal Maniküre bitte! .....	310
Tricks beim Krallenschneiden .....	314
<b>Kapitel 39: Angst vor Gegenständen .....</b>	<b>317</b>
Leckerlispur .....	318
Nur eine Berührung .....	319
<b>Kapitel 40: Angst vor der Leine .....</b>	<b>322</b>
Ausstattung .....	323
Geh mit mir! .....	324

Erste Begegnung mit der Leine .....	325
Übungsplan .....	326
<b>Kapitel 41: Trennungsangst.....</b>	<b>330</b>
Was ist Trennungsangst?.....	330
Mögliche Ursachen .....	331
Trennungsangst versus Sockenparty.....	332
Was Sie tun können.....	333
Weitere Beruhigungsmöglichkeiten.....	336
Desensibilisierung gegen Auslöser .....	337
Allmählicher Aufbruch .....	338
Gabe von Medikamenten .....	340
<b>Teil VI: Ergänzende Therapien.....</b>	<b>342</b>
<b>Kapitel 42: Ergänzende Therapien.....</b>	<b>344</b>
<b>Kapitel 43: Flower Power .....</b>	<b>346</b>
Rescue Remedy.....	347
Verwendungsmöglichkeiten für Rescue Remedy.....	348
Einzelessenzen .....	349
<b>Kapitel 44: Massage .....</b>	<b>351</b>
Nutzen der Hundemassage .....	351
Vorbereitung .....	352
Massagetechniken .....	353
Tipps für eine effektive Massage.....	355
<b>Kapitel 45: TTouch .....</b>	<b>357</b>
Basistouch.....	358
TTouches für ängstliche Hunde .....	360
<b>Kapitel 46: Körperbandagen .....</b>	<b>361</b>
T-Shirt-Bandage .....	361
TTouch-Bandage (»Körperband«) .....	363
Anxiety Wrap .....	364
Wie Sie Ihren Hund an die Körperbandage gewöhnen .....	365

<b>Kapitel 47: DAP .....</b>	<b>366</b>
Erste Erkenntnisse .....	367
Einzelberichte .....	368
Anwendungsformen für DAP .....	368
<b>Kapitel 48: Calming Cap .....</b>	<b>370</b>
Anwendungsmöglichkeiten für die Calming Cap .....	371
<b>Kapitel 49: Homöopathie.....</b>	<b>372</b>
Stärke und Dosierung .....	372
Verabreichung .....	373
Geeignete homöopathische Mittel.....	374
Tipps .....	375
<b>Kapitel 50: Heilen mit Kräutern .....</b>	<b>376</b>
Das Einmaleins der Kräuterkunde .....	376
Dosierung für Hunde .....	377
Beruhigende Kräuter .....	378
Tipps .....	380
<b>Kapitel 51: Akupunktur und Akupressur .....</b>	<b>381</b>
Akupunktur .....	381
Akupressur .....	382
<b>Kapitel 52: Medikamentöse Behandlung.....</b>	<b>383</b>
Überlegungen .....	383
Welche Medikamente werden häufig verschrieben.....	384
Wird mein Hund durch die Medikamente benebelt? .....	384
Sind wir schon am Ziel? .....	385
<b>Des Pudels Kern .....</b>	<b>386</b>
<b>Anhang .....</b>	<b>387</b>
<b>Index .....</b>	<b>393</b>