

Inhaltsverzeichnis

Einführung	18
Teil I: Faktoren der Angst.....	21
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
Erlernete 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
Teil II: Das Programm für eine solide Grundlage	53
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

Kapitel 8: Ernährung	60
Werden Sie zum Etikettenprofi	60
Dosenfutter	63
Rohfütterung	64
Tiefkühlkost	64
Hausmannskost	64
 Kapitel 9: Körperliche Betätigung	 66
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
 Kapitel 10: Geistige Anregung	 76
Wo sind die Leckerlis? Interaktive Futterspender	76
Futterweitwurf	79
Schatzsuche	79
Wie wär's mit einer Spazierfahrt?	81
Klickertraining	81
 Kapitel 11: Führung	 84
Die Sprache der Führung	85
Dominanz	86
Führungsprogramm	86
 Kapitel 12: Ausbildung	 97
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

Teil III: Fertigkeiten 113

Kapitel 13: Nützliche Fertigkeiten	114
Sprechen Sie Marsianisch	114
Ablenkungen	115
Der Trick mit den Leckerlis	115

Kapitel 14: Entspannt liegen: Eine Entspannungsübung	117
Warum entspannt liegen?	117
Machen Sie sich an die Entspannungsarbeit!	118
Üben Sie im Freien	121
Entspannt liegen oder nicht entspannt liegen?	121

Kapitel 15: Aufmerksamkeit	123
Bevor Sie beginnen	123
Anziehender Blickkontakt	123
Ablenkungsaktion	126
General Isierung meldet sich zum Dienst	127
Und was jetzt?	128

Kapitel 16: Berühren: Direkt ins Ziel	131
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

Kapitel 17: Weggehen: Begegnungen der angsteinflößenden Art vermeiden	140
Erste Schritte	140
Kehrtwendung	142
Übung macht den Meister	143

Teil IV: Ängstliches Verhalten ändern 147

Kapitel 18: Überblick über das Programm zur Verhaltensänderung	148
Kapitel 19: Voraussetzungen für den Erfolg: Engagement, einheitliches Handeln und Sicherheit	150
Engagement	150
Einheitliches Handeln	150
Sicherheit	151
Kopfhalter	152
Maulkörbe	155
Kapitel 20: Der Schlüssel zum Erfolg	160
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
Kapitel 21: Angstauslöser: Bestimmen Sie die Ursache der Ängste ganz genau	166
Ermitteln Sie die Angstauslöser Ihres Hundes	166
Erstellen Sie eine Tabelle	172
Machen Sie eine Zusammenfassung	174
Beispieltabelle	176
Kapitel 22: Assoziationen, Generalisierung und wie lange es dauern wird	179
Assoziation – Die Macht der Vorhersage	179
Generalisierung	180
Wie lange wird es dauern?	180
Kapitel 23: Lernen Sie die Techniken kennen	183
Desensibilisierung	183
Gegenkonditionierung	184
Klassische Konditionierung	185
Operante Konditionierung	186
Gewöhnung	187
Flooding – sagen Sie Nein!	187
Kapitel 24: Desensibilisierungs- und Gegenkonditionierungsprogramm	190
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
 Kapitel 25: Störungssuche	 202
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
 Kapitel 26: Operante Konditionierung	 205
Sie besitzen die Fertigkeiten	205
Voraussehen	206
 Kapitel 27: Miss den Erfolg und der Fortschritt folgt	 209
Wege, um den Erfolg aufzuzeichnen	209
Können wir ein bisschen näher rangehen?	211
 Teil V: Behandlung bestimmter Ängste	 213
 Kapitel 28: Gäste begrüßen	 214
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
 Kapitel 29: Angst vor einem Familienmitglied	 224
Warum hat Towanda Angst?	224
Angst vor Kindern	225
Der Mann im Haus	228

Händchen halten (Berührungen übertragen)	231
Tricks zum Ausprobieren	234
Kapitel 30: Tierarztbesuche	237
Freundschaftsbesuche	237
Doktorspiele	239
Üben Sie das Festgehaltenwerden	242
Das Tragen eines Maulkorbs	244
Tricks zum Ausprobieren	247
Kapitel 31: Unterwegs: Angst vor dem Auto	250
VWs, Toyotas und Fords – Ach du Schreck!	250
Spiele in der Einfahrt	251
Startklar	252
Übungsplan	254
Tricks zum Ausprobieren	259
Kapitel 32: Angst vor der Hundebox	261
Woher kommt die Vorsicht vor Boxen?	261
Die richtige Box	262
Wie Sie ihn an die Box gewöhnen	262
Tricks zum Ausprobieren	265
Kapitel 33: Angst vor Treppen	267
Vorbereitung	267
Keine Angst vor Treppen	268
Störungssuche	269
Tricks zum Ausprobieren	269
Kapitel 34: Wenn's donnert und blitzt, der ängstliche Hund meist flitzt!	271
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

Kapitel 35: Geräuschempfindlichkeit	279
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
 Kapitel 36: Bewegungsempfindlichkeit	 289
Wie man einzelne Auslöser angehen sollte	289
Spielen Sie verrückt	291
Allgemeine Bewegungsempfindlichkeit	291
 Kapitel 37: Berührungsempfindlichkeit	 293
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
 Kapitel 38: Bürsten und Krallenschneiden	 307
Bürsten	308
Die Bürste berühren	309
Einmal Maniküre bitte!	310
Tricks beim Krallenschneiden	314
 Kapitel 39: Angst vor Gegenständen	 317
Leckerlispur	318
Nur eine Berührung	319
 Kapitel 40: Angst vor der Leine	 322
Ausstattung	323
Geh mit mir!	324

Erste Begegnung mit der Leine	325
Übungsplan	326
Kapitel 41: Trennungsangst.....	330
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
Teil VI: Ergänzende Therapien.....	342
Kapitel 42: Ergänzende Therapien.....	344
Kapitel 43: Flower Power	346
Rescue Remedy	347
Verwendungsmöglichkeiten für Rescue Remedy	348
Einzelessenzen	349
Kapitel 44: Massage	351
Nutzen der Hundemassage	351
Vorbereitung	352
Massagetechniken	353
Tipps für eine effektive Massage	355
Kapitel 45: TTouch	357
Basistouch	358
TTouches für ängstliche Hunde	360
Kapitel 46: Körperbandagen	361
T-Shirt-Bandage	361
TTouch-Bandage (»Körperband«)	363
Anxiety Wrap	364
Wie Sie Ihren Hund an die Körperbandage gewöhnen	365

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