

Einleitung	9
1. Der gestresste Hund	16
Was ist eigentlich Stress?	16
Evolutionenbiologische Einordnungen	18
Wie funktioniert das mit dem Stress?	21
Stress und Tierschutz	28
2. Wie kommt der Stress rein in den Hund?	34
Programm, aber nicht Schicksal	35
Stressverarbeitung und Grundpersönlichkeit	37
Stress bis der Tierarzt kommt	42
• Interview mit Dr. Ulrike Jochims	46
Und die Umwelt?	53

3. Und wie geht der Stress wieder raus aus dem Hund?	58
Fremdwörter über Fremdwörter – so ein Stress!	58
Planbarkeit, auch in belastenden Situationen!	61
Soziale Sicherheit	66
Stress und individuelle Persönlichkeit	68
Chemische Unterstützung und chemische Beschädigung	71
Und das Körperliche?	74
4. Stress als »LAP«	78
Welpen und Stress	79
Pubertät und Stress	83
Stress und das Stadium des Erwachsenseins	85
• Interview mit Ira Vaculik	86
Senior und Stress	93
5. Aus der Praxis für die Praxis	98
Eine kleine Auswahl verschiedener Entspannungstechniken	101
• Konditionierte Entspannung - Interview mit Ira Vaculik	102
Stressaufkommen – was es sonst noch zu bemerken gäbe	106
• Von Ritualen, Routinen und Signalen	106
• Der Fall Jenny	108
• Auch Stimmungen beeinflussen	109
• Mit Herausforderung und Frust zu leben lernen	111
• Tipps von anno dazumal – die heutzutage ad acta gehören	114
Danke	122
Quellenangabe	126