

INHALTSVERZEICHNIS

Abenteuer Hundebegegnung	
Das erwartet Dich hier	1
Hundebegegnungen in der Menschenwelt:	
Was ist so schwierig daran?.....	6
Hundebegegnungen ohne Menscheneinfluss	7
Andere Gründe, warum Hundebegegnungen schwierig sein können.	11
 Lösungsstrategien für Konflikte	 14
Flucht: „Da hab ich keinen Bock drauf.“	14
Übersprungshandlung: „Ich habe keine Lösung, deshalb mache ich irgendwas.“	16
Erstarren: „Ich halt die Luft an, bis alles wieder stimmt.“	17
Angriff: „Geh weg, hab ich gesagt!“	17
Aggression: Was ist das – „der aggressive Hund“?	22
Typische Lebensläufe von Hunden mit Begegnungsproblem.....	27
 Die Basis.	 39
Stress: Kurze Zündschnur und Zuckerwatte im Kopf	39
Stressphysiologie: Stresswirkung im Körper	41
Auswirkung von Stress auf das Verhalten des Hundes	44
Der Weg zu mehr Entspannung: Wie du Stress reduzierst	47
Schlafen ist Trumpf: Wer viel schläft, findet Gelassenheit	49
Entspannter Spazierengehen	54

Der Körper in Schuss: Wenn es dem Körper nicht gut geht, ist Stress vorprogrammiert.	57
Schmerzen.	57
Hormone.	57
Ernährung	59
Kopfkino im Griff	61
Positives Kopfkino produzieren und bei Bedarf abspielen	62
Atmen	63
Deine Entspannung im Fokus	64
Glaubenssätze und was andere denken.	65
Was du über fremde Hunde und ihre Besitzer denkst.	70

Trainingsschritt 1:

Körpersprache – eure Kommunikation ohne Worte **75**

Deine Körpersprache - eine gemeinsame Sprache mit deinem Hund	75
Deine Körpersprache in Hundebegegnungen.	76
Übung 1: Achte auf mich, wir sind gemeinsam unterwegs	79
Übung 2: Wir machen uns die Welt, wie sie uns gefällt	84
Übung 3: „Schau mal her“ – Herankommen ohne Worte	86
Übung 4: Leinenführigkeit und Körpersprache: Achte auf mich, ich zeige dir den Weg	90
Übung 5: Orientierung am Menschen auf größere Distanz	92
Übung 6: Weiter – komm mit mir mit.	93
Körpersprache Hund – die kleinen Zeichen sehen	96
Beobachtungssafari – mit offenen Augen durch die Welt.	98
Was bedeutet das, wenn mein Hund ...?	100

Trainingsschritt 2:

Zu ruhigen Begegnungen an der Leine 105

Die Vorbereitung für richtig gutes Training. 105

Management: So wird der Alltag händelbar. 105

Managementmaßnahmen entwickeln – Plan A-X. 108

Der Rahmen für richtig gutes Training 116

Die Basis für richtig gutes Training: Emotionen 122

Das Markersignal: Dein Fotoapparat für den richtigen Moment. 124

Die passende Belohnung für dein Markersignal. 125

Das Markersignal aufbauen. 127

Hundebegegnungen trainieren 133

Das Trainingsprinzip: Entspannter Blickkontakt zum Gegenüber. 139

Was tun, wenn ...? – Tipps für dein Training 140

Das Trainingsprinzip in der Praxis 145

Dein Endziel: Vom direkten Blickkontakt
zu entspannter Kommunikation 149

Häufige Missverständnisse und hartnäckige Ammenmärchen. 150

Trainingsschritt 3:

Begegnungstraining für den Freilauf 159

Höfliche Kommunikation mit Artgenossen 160

Ein grundsätzlich entspannter Freilauf, ohne zu Überdrehen. 162

Anleinen ist keine Strafe, sondern eine Hilfestellung. 162

Ableinen – entspannt in den Freilauf starten 163

Im Gespräch bleiben mit deinem Hund - auch ohne Leine 165

Schleppleinentraining: Freilaufübung mit Sicherheitsnetz 165

Orientierung an dir: In der Distanz und mit Ablenkung. 167

Bombensicherer Rückruf 169

In der Praxis – Begegnungen im Freilauf.....	170
Bilderbuchbegegnungen: Der Optimalfall	171
Wenn der andere direkt auf euch zu rennt	171
High Noon auf der Gassistrecke: Wenn die Spannung greifbar wird	173
 Zu Besuch – Verwandte und Bekannte... ..	175
Was hast du aus dem Buch mitgenommen?.....	176
Danke	180
Noch mehr Hilfreiches	182