

Advent, Advent ...

die Stimmung brennt

Dr. Janey May



Feiertage sollen für alle eine entspannte und besinnliche Zeit sein.

Doch meist gibt es rund um Feiertage sehr viel Stress. Viele Erwartungen und Aufgaben treffen aufeinander. Kompromisse, Enttäuschungen und auch Frust sind vorprogrammiert.

All diese Gefühle und das Gewusel der Vorbereitungen sind eben mit Stress verbunden. Genau das überträgt sich auch auf unsere Hunde. Ich gebe dir *Tipps für Feiertage* an die Hand, damit du klare Handlungsstrategien hast. Sie sollen dir helfen genauer hinsehen zu können und dir und deinem Hund zu mehr Ruhe und Routine verhelfen.



An Weihnachten zum Beispiel gibt es meist so viele Erwartungen, die gar nicht alle erfüllt werden können. *Anspannung, Wuseligkeit und Stresshormone* prasseln ungefiltert auf unsere Hunde ein. Wir rennen selbst viel umher, es ist spannender Besuch da, überall riecht es nach Essen, aber vom Hund wird erwartet, dass er ruhig in einer Ecke liegt. Obwohl seine ganze Tagesstruktur und Ruhephasen durcheinander geraten sind.

Es ist kein Geheimnis, dass die Beißvorfälle an Feiertagen stark zunehmen. Daher ist auch die Frage nach der Sicherheit sehr wichtig. Zu diesem Workbook erhältst du ebenfalls eine **Liste** an Dingen, die deinen Hund stressen können. Zusätzlich kannst du dir das **Stress-Tagebuch** ausdrucken und dokumentieren, wann es bei deinem Hund zu Stress kam. Das führen eines Tagebuches hilft dir Zusammenhänge schneller zu erkennen und klar gegensteuern zu können.

Wie können wir also unserem Hund helfen mit all diesen Reizen umzugehen?

- ✓ Tiefschlaf
- ✓ Ruhezone
- ✓ Lerne deinen Hund lesen
- ✓ Spannungsabbau
- ✓ Routine



Tiefschlaf

Der Tiefschlaf unserer Hunde kommt in der Weihnachtszeit oft zu kurz. Die Tiefschlafphasen sind kürzer und deutlich weniger als gewohnt.

Studien zeigen, dass es bei Hunden zu einer starken Ausschüttung an Stresshormonen kommt, wenn sie aus dem Tiefschlaf gerissen werden. Hier ist auch der Moment, in dem es am häufigsten zu Beißenfällen kommt.

Der ungestörte Tiefschlaf ist also enorm wichtig. Ohne diesen steigt die Wahrscheinlichkeit, dass etwas passiert, **deutlich** an. War der Schlaf nicht ausreichend, nicht tief genug oder der Hund hatte nicht genug Ruhephasen, gibt es über den Tag einen Summationseffekt.

Wie kannst du deinem Hund zu mehr Tiefschlaf und Ruhezeiten verhelfen?



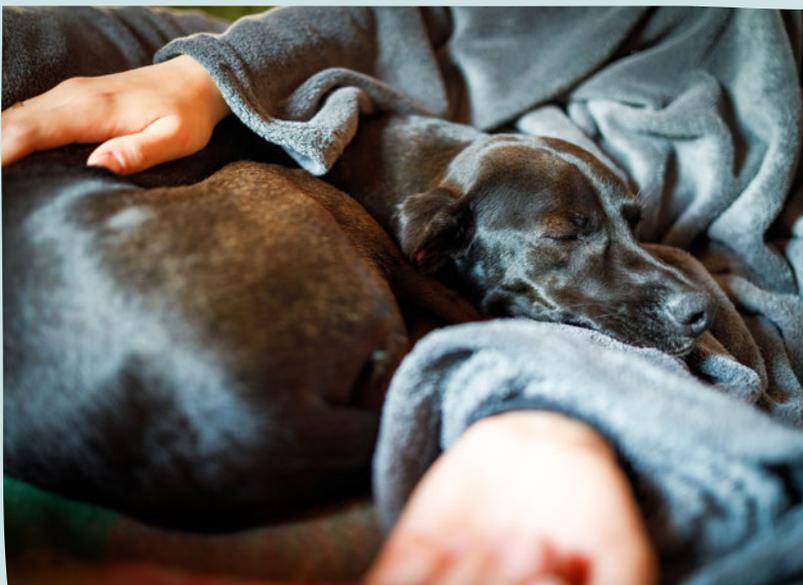
Ruhezone

Etabliere eine Ruhezone.

Nimm Türgitter und Decke / Körbchen mit zu Beusch und gehe bewusst zu seinen gewohnten Ruhezeiten in diesen Bereich.

Sollte dein Hund Kontaktliegen zeigen, streichle ihn nicht zusätzlich. Vielen Hunden hilft allein das Kontaktliegen schon sehr. Zusätzlich angekrabbelt zu werden, mögen gar nicht alle Hunde. Du kannst streicheln, streicheln, pausieren machen. Dein Hund wird dir zeigen, ob du weiter machen sollst.

Im Ruhebereich kannst du deinen Hund zusätzlich mit konditionierter Entspannungsmusik zu etwas Tiefschlaf verhelfen. Fehlt dieser Tiefschlaf, fehlen auch die Ressourcen, um mit all den Reizen zurecht zu kommen.



Lerne deinen Hund lesen

Es ist essenziell seinen Hund gut zu kennen und ihn lesen zu können. So kannst du frühzeitig handeln und ihn in schwierigen Situationen unterstützen.

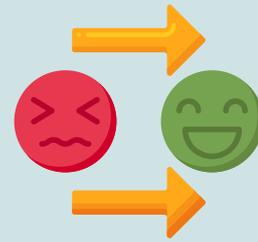
Um ihn und seine Kommunikation besser zu verstehen, kann es sehr hilfreich sein, **Videos** vom Hund, beim Training oder Spaziergang zu machen. Dadurch nimmt man Dinge wahr, die man nur auf dem Video sieht und nicht in der Situation selbst. Mittendrin ist man so mit sich, dem Hund und der Situation beschäftigt, dass man wichtige Kleinigkeiten schnell übersieht.

- Lerne die Körpersprache deines Hundes kennen.
- Wie ist seine Leiter der Kommunikation (siehe Checkliste)?
- Wie sieht er aus, wenn er gestresst ist?
- Wie sieht er aus, wenn er sich unwohl oder bedrängt fühlt?

Spätestens beim Knurren oder dann beim Abschnappen wird (meist hemmend) reagiert. Bitte verbiete deinem Hund nie das Knurren. Es ist Kommunikation und zeigt dir nur: du hast all die Stufen vor dem Knurren übersehen oder nicht deeskalierend reagiert. Das passiert an den Feiertagen schneller, da wir nicht die Augen auf dem Hund haben. Ein Türgitter kann helfen, damit du auch mal abschalten kannst und nicht immer schauen musst.

Mit diesem Bundle erhältst du eine Checkliste mit den verschiedenen Stufen der Kommunikationsleiter. Beobachte deinen Hund ganz genau und versuche die verschiedenen Stufen zu erkennen. Hunde kommunizieren sehr deutlich. Nur wenn du die Sprache deines Hundes kennst, kannst du ihm frühzeitig helfen und so verhindern, dass es zur Explosion kommt.

Spannungsabbau



Die Unruhe der Hunde hat oft auch etwas damit zu tun, dass sich um die Feiertage die gewohnte Beschäftigung und Auslastung und damit die mentale Ausgeglichenheit verändert.

Es ist vielleicht nicht so viel Zeit für den Hund, der eine gewisse Häufigkeit oder Länge an Spaziergängen / Beschäftigung gewohnt ist.

All das führt dazu, dass auch der Hund unruhiger ist und die Nerven deutlich angespannter sind. **Er ist weniger belastbar.**

Wir wissen auch, dass statistisch die meisten Beißenfälle mit bekannten Hunden stattfinden, also von Freunden, Bekannten, Verwandten oder den eigenen. Oft sind über die Feiertage mehr Personen in einem Haushalt (Besuch, der über Nacht bleibt), als gewohnt. Das führt zu einer massiven Veränderung des normalen Tagesablaufes.

Die Hunde werden ungefragt der Verwandtschaft ausgesetzt. Hund und Mensch kennen sich vielleicht schon, dennoch sind es nicht die engsten Familienmitglieder / Sozialpartner.

Es prallen *verschiedene Erziehungsmethoden* aufeinander. Der Hund ist es vielleicht gar nicht gewohnt, wenn streng, ängstigend oder hemmend mit ihm umgegangen wird. Dann schnauzt ihn aber jemand aus der Verwandtschaft an, weil er etwas vom Tisch stibitzen möchte.

Findet die Feier bei der Verwandtschaft statt, kommt hier noch eine ungewohnte oder gar fremde Umgebung hinzu.

Da kommt für den Hund sehr viel zusammen, was zu einem Summationseffekt führt. Der Hochleistungscomputer Hund ist dann viel schneller gereizt und überfordert.

! **ACHTUNG:** Lasse deinen Hund nicht einfach wild mit anderen Familienmitgliedern, vor allem Kindern, spielen.

! **Ganz wichtig:** Sei ein sicheres Vorbild für die anwesenden Kinder. Kinder ahmen nach und beobachten sehr genau. Das kann für sie zum Verhängnis werden.



Aktive Stressbewältigung und Spannungsabbau ist wichtig.

Auch kurze, knackige Auslastung kann helfen. Gerade Nasenarbeit hilft bei mentaler Ausgeglichenheit. Für aktive Stressbewältigung reicht es schon zwischendurch kurz im Garten hinter ein paar Leckerli herjagen zu können. Achte dabei darauf, dass keine kleinen Kinder in eurer Nähe sind, oder leine deinen Hund dabei an.

Nimm an gemeinsamen Familienspaziergängen Tempo raus. Bleib mehr stationär und lass deinem Hund alle Zeit zum Erkunden. Das machen Hunde hauptsächlich mit der Nase.

Zeige deinem Hund den Weg in den Abstand, wenn du siehst er ist in einer Situation überfordert. Unterstütze ihn in seiner Überforderung. Übe die Tage vor der Familienfeier noch mal den sicheren Abruf. Wenn du deinen Hund auch in der Wohnung aus engen, brisanten Situationen abrufen kannst, erhöht das die Sicherheit. Denn in solchen Situationen panisch und einschüchternd rufen verschlimmert es nur.



Routine

Die Rituale der Spaziergänge (Strecke, Menschen, Tiere, Gerüche) sind anders und *deutlich aufregender*, sobald wir nicht mehr im gewohnten Umfeld unterwegs sind.

Es hilft deinem Hund ungemein, wenn ihr eure tägliche Routine soweit wie möglich erhaltet. Ihr seid mehrere Tage bei der Verwandtschaft?

Versuche auch in dieser kurzen Zeit Routinen herzustellen. Gehe lieber kurze Strecken spazieren und lieber mehrfach die gleiche, als immer wechselnde Strecken.

Zusammenfassend können wir sagen:

Lerne deinen Hund lesen, Stress wahrnehmen, schaffe eine Ruhezone, verhilf ihm zu ausreichend Schlaf und baue Anspannung gemeinsam mit ihm ab.

Rund um die Feiertage prasseln so viele Einflüsse auf deinen Hund ein. Mit diesen Tipps kannst du ihn aber gut unterstützen und ihm helfen die Reize besser verarbeiten zu können.

Schöne Feiertage

***Ich wünsche dir und deinem Hund
schöne und entspannte Feiertage.***

***Viel Spaß und viel Erfolg beim Umsetzen
der Tipps.***

Deine Janey





Hallo,

ich bin Dr. Janey May, Tierärztin mit Spezialisierung auf Verhaltenstherapie und bedürfnisorientierte Hundetrainerin.

Unser Leben bereichern drei wunderbare Hunde und ich empfinde tiefe Liebe für sie, genieße ihre Individualität und, dass sie mir so viel beigebracht haben. Ich kann mich noch sehr gut an die ersten Schritte als Hundemensch erinnern und kann Deine Verunsicherung aus tiefem Herzen nachvollziehen. Auf wen oder was soll man denn nun hören? Vor allem auf deinen individuellen Hund und aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse über diese ganz besonderen Sozialpartner.

Du findest bei mir Erfahrungen durch mein Leben mit Kleinkind und Hunden, ebenso wie alles, was ich in weit über 10 Jahren von Kunden und ihren Hunden lernen durfte, vereint mit meinem geballten Wissen über Hundesprache, Lernverhalten, Hundetraining, Hund Kind Sicherheit und aktueller Wissenschaft. Denn Weiterbildung hat bei mir nie aufgehört.

Du bist hier richtig, wenn du lernen möchtest, wie in unserer vollen menschlichen Welt ein liebevolles Anleiten unserer Hunde möglich ist. Gleichzeitig werden bei uns auch Menschen wohlwollend behandelt.

So kannst du Kontakt zu mir aufnehmen



@Dr.Janey_May



@dogsconnection



@Podcast Dog & Talk



@www.dogs-connection.de



Du willst...



dass dein Hund endlich richtig zur Ruhe kommen kann?



die Grundlagen zum Alleinebleiben und einer Ruhezone aufbauen?



Sicherheit, wie Du euren Alltag gut strukturieren kannst?

Du wünschst dir einen ruhigen Hund, ohne Druck auf ihn aufzubauen?



Dein Hund ist zwar ruhig im Haus, aber leider nur, wenn sich absolut nichts rührt und völlige Stille ist?



Dein Hund hat Probleme dabei, zu entspannen oder einfach mal abzuschalten?



Dein Hund kann Reize um sich herum nicht filtern und muss auf alles reagieren?



Dein Hund fährt im Training mit dir sofort hoch und ist kaum ansprechbar?

Dann ist der "Stress-lass-nach!" Selbstlernkurs genau das richtige für dich und deinen Hund!



Das bekommst du in diesem Kurs:



Du kannst Stress erkennen und gegensteuern. Du weißt, wie man den Alltag mit seinem 4-Beiner gut gestalten kann.



Eine gefüllte Werkzeugkiste mit Übungen für euren Alltag.



Du weißt, wie euch Management im Alltag helfen kann und wann es nötig ist.



Einen ganz anderen Blick voller Verständnis auf deinen Hund und Handlungssicherheit, denn du weißt ganz genau wann was hilft.

Egal, ob du schon Erfahrungen und Übungen für mehr Ruhe gemacht hast, oder ob du mit deinem Hund ganz von Vorne anfangen möchtest, **du bist in diesem Kurs genau richtig.**

Denn du füllst mit diesem Kurs deine Werkzeugkiste an Trainingstechniken. Aus denen du für deinen Hund mit seinen **individuellen Bedürfnissen das richtige herauspicken** kannst.

Die einzelnen Hausaufgaben helfen in den späteren Alltag. Denn **Training muss alltagstauglich** sein. So **verständlich**, dass du genau weißt, welche Schritte du wann gehen musst.

So läuft es ab

- ✓ Du bekommst 6 ca. 60 Minuten lange Lernvideos. Diese Videos mit allen Lerninhalten stehen dir zeitlich unbegrenzt (solange es die Kurse gibt) zur Verfügung.
- ✓ Du kannst Dir die Präsentationen einzeln anschauen. So hast du eine klare Struktur und kannst in kleinen Häppchen arbeiten, alltagstauglich wie es zu euch passt.
- ✓ Eine klare Struktur über einzelne Hausaufgaben hilft dir, den Überblick zu behalten. Du kommst raus aus dem Gefühl der Hilflosigkeit und bekommst einen Handlungsplan.
- ✓ Bei Bedarf kannst du ein Einzelcoaching mit mir zubuchen, damit wir individuelle Fragen zu den Kursinhalten angehen können. Nur, solange der Vorrat reicht.

[Zur Buchung](#)