

Die Folgen von Stress:

Es lohnt sich, über Stress nachzudenken und sein Augenmerk darauf zu richten. Denn wenn Ihr Hund ständig unter Stress steht und sich nicht davon erholen kann, leidet er an **chronischem Stress mit schlimmen Folgen**, wie z.B.:

- Allergien
- Augen- oder Ohrenentzündungen
- Verdauungsstörungen (z.B. Durchfall)
- Immunschwäche
- Herz- / Kreislauf-Erkrankungen
- Aggression
- Ängstlichkeit
- Apathie
- Depression
- Schlaflosigkeit
- Zerstörungswut
- Stereotypen etc.

Wie Sie Ihrem Hund helfen können!

- **Lernen Sie** Ihren Hund besser zu verstehen.
- **Finden Sie heraus**, was Ihren Hund immer wieder stresst und **vermeiden oder ändern Sie** es.
- Geben Sie ihm **genug Zeit zur Erholung**: 2-6 Tage nach akutem Stress, bis zu 9-10 Monate nach chronischem Stress.
- Führen Sie die Hausregel ein: **„Schlafende Hunde darf man nicht wecken!“** Gesunde erwachsene Hunde brauchen 12-18 h Ruhe und Schlaf pro Tag.
- Geben Sie Ihrem Hund das Gefühl von **Sicherheit und Geborgenheit**. Erpressen Sie ihn auch nicht über sein Futter.

Was Sie noch tun können!

- Gehen Sie **kürzere Strecken** spazieren und lassen Sie ihm dafür **mehr Zeit** zum Schnüffeln und Erkunden.
- **Verstecken Sie sein Spielzeug** und lassen Sie es ihn suchen, anstatt die Dinge zu werfen.
- Geben Sie ihm **gesunde Dinge**, auf denen er **lange kauen kann**. Das beruhigt.
- Holen Sie sich notfalls **professionelle Hilfe**.



henne & hund

WISSEN

FÜR EIN GLÜCKLICHES HUNDELEBEN

NR. 1

STRESS BEI HUNDEN?!



ANZEICHEN ■ URSACHEN FOLGEN

... und wie Sie Ihrem HUND HELFEN können!

Haben Sie Fragen?

henne & hund ■ Schule für Menschen und ihre Hunde
Katja Henne ■ www.henne-hund.de

Zum Weiterlesen:

Calming Signals, Die Beschwichtigungssignale der Hunde, T. Rugaas ■ Stress bei Hunden, M. Scholz, C.v. Reinhardt ■ weitere Infos: www.henne-hund.de

Die Autorin

Katja Henne schloss erfolgreich die Trainerausbildungen bei Turid Rugaas und Anne Lill Kvam ab und besucht laufend Fortbildungen im In- und Ausland, um auf dem neuesten Stand der (wissenschaftlichen) Erkenntnisse über Hunde zu sein: ihr Verhalten, ihr Wohl und den guten, respektvollen Umgang mit ihnen.

Kontakt: www.henne-hund.de



Ärgern Sie sich manchmal über Ihren Hund oder machen Sie sich Sorgen, weil er ...

- Dinge zerstört?
- an der Leine zieht oder in die Leine beißt?
- exzessiv bellt oder jault?
- in Situationen überreagiert, die er sonst gelassen hinnehmen kann?
- bei anderen Hunden aufreitet, bei Kissen, Plüschtieren oder anderem?
- in's Haus oder die Wohnung kotet oder uriniert, obwohl er stubenrein ist?
- nicht zur Ruhe kommen kann?
- an Durchfall, Verstopfung oder Erbrechen leidet?
- Allergien hat?

Das alles kann verschiedene Ursachen haben; **häufiger als man denkt ist es aber Stress!**



Zerstören von Dingen



ausreichend Ruhe und Schlaf



Beschwichtigungssignale



offene Körpersprache



zu schnelles, zu langes Laufen am Rad



ruhiges Schnüffeln und Erkunden neuer Dinge und Orte

Weitere Anzeichen von Stress können sein, wenn Ihr Hund ...

- hechelt
- sich schüttelt
- sich am Boden wälzt
- Schweißpfoten hat
- Schuppen, stumpfes Fell oder Haarausfall hat
- stark aus Ohren, Maul oder am Körper riecht
- Muskelverspannungen hat
- Beschwichtigungssignale zeigt, wie z.B. Gähnen, Blinzeln, Blick- oder Kopf-Abwenden
- sich aggressiv verhält
- unkonzentriert wirkt
- seinem Schwanz hinterherjagt oder Lichtpunkten, Schatten oder Fliegen
- etc.

Mögliche Ursachen von Stress:

- zu anstrengende oder aufregende Spaziergänge
- zu wildes Spiel
- Jagdspiele, z.B. Stöckchen-/ Ball-/ Frisbeewerfen
- ungünstige Begegnungen mit anderen Hunden (z.B. zu schnelle, zu viele, zu rüpelhafte Hunde)
- fehlender positiver Kontakt zu anderen Hunden
- zu lange alleine sein zu müssen
- geistige Über- oder Unterforderung
- zu wenig Ruhe und Schlaf
- Schmerz und Krankheit
- jede Form von Bedrohung, Gewalt und Zwang
- das fehlende Gefühl von Sicherheit
- das Gefühl der Hilflosigkeit
- und viele mehr.