



Inhaltsverzeichnis

TEIL A	Theroetische Grundlagen		9
1.	Was ist Impulskontrolle?		12
1.1	Wozu braucht man Impulskontrolle?		18
1.2	Ist mein Hund gestört?		21
2.	Mögliche Ursachen		34
2.1	Neurologische Grundlagen		34
2.2	Limbisches System		40
2.3	Das dopaminerge System		42
2.4	Das serotonerge System		47
2.5	Woher kommt Impulsivität?		50
3.	Prävention		60
3.1	Schlechte Erfahrungen vermeiden		61
3.2	Der Umgang mit der Angst		68
3.3	Verknüpfte Aufregung		73
3.4	Gute Erfahrungen ermöglichen		77
3.5	Ruhe lernen		81
3.6	Jobs for Dogs		83
TEIL B	Praktische Arbeit		97
4.	Arbeiten mit dem Problemhund		90
4.1	Den Alltag bewältigen		92
4.2	Der tägliche Umgang		99
4.3	Trainingsgrundlagen		109
4.4	Allgemeine Impulskontrollübungen		119
4.5	Zur Ruhe finden		144
4.6	Körperkontrolle		155
4.7	Richtig beschäftigen		160

5. Medikamente	166
5.1 Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SRI)	167
5.2 Serotonin-Agonisten	167
5.3 L-Tryptophan	168
5.4 Dopamin beeinflussende Substanzen	168
5.5 Opioid-Antagonisten	168
6. Ernährung	172
7. Problemtraining	180
7.1 Bevor es losgeht	184
7.2 Aufregung in verschiedenen Situationen	185
7.3 Fahrrad fahren und Joggen	198
7.4 Spazieren rasen	201
7.5 Sichtreize aushalten	205
7.6 Hundebegegnungen	208
8. Abnormal repetitives Verhalten	218
8.1 Therapie	221
9. Es ist normal, verschieden zu sein	229
10. Trainingsplan	231
Anhang	242