



STRESSURSACHEN BEI MEINEM HUND

Welche Stressursachen kommen im Leben deines Hundes gelegentlich oder sogar regelmäßig vor? Liste alles auf, von der kleinsten Kleinigkeit bis zum allergrößten Problem – vom kurzen Unbehagen, weil du dich grad über den Hund gebeugt hast, bis zur schlimmsten Begegnung mit seinem „Todfeind“. Je mehr Dinge auf deiner Liste stehen, desto besser!
(Du brauchst jetzt noch keine Lösung, wir arbeiten später damit weiter)

1. Kleine Aufregungen im Alltag

Was kommt bei euch alles vor?

zum Beispiel: freudige Begrüßung, Unruhe beim Geschirr anziehen, Reaktion auf Geräusche von draußen oder Bewegung im Haus,....

Stressauslöser	selten	regelmäßig	häufig



2. Kategorie körperliche Faktoren

Was kommt bei euch alles vor?

Zum Beispiel: Ohrinfektion, Verletzung, Magenbeschwerden, Gelenkschmerzen, Muskelkater,

Stressauslöser	selten	regelmäßig	häufig

3. Kategorie psychische/emotionale Faktoren

Was kommt bei euch alles vor?

Zum Beispiel: Verwirrung beim Üben, Überforderung, Unruhe beim Alleinbleiben, Unsicherheiten/Angst, Konflikt Mensch-Hund,...

Stressauslöser	selten	regelmäßig	häufig



5. Kategorie Leistungsstressoren

Was kommt bei euch alles vor?

Zum Beispiel: (Erwartungs)Druck beim Üben, Angst vor Fehlern, Überforderung, Ehrgeiz beim Training, Leistungsdruck,...

Stressauslöser	selten	regelmäßig	häufig

6. Kategorie soziale Stressoren

Was kommt bei euch alles vor?

Zum Beispiel: Unverträglichkeit mit Hunden in der Nachbarschaft, Anspannung mit anderen Tieren im Haushalt, laute Diskussionen/Konflikte zwischen den Menschen im Haus, lange Abwesenheiten der Bezugsperson,...

Stressauslöser	selten	regelmäßig	häufig



7. Stressursachen, die keiner Kategorie leicht zuordenbar sind

Was kommt bei euch alles vor?

(alle Quellen von positiver oder negativer Aufregung, die sonst nirgendwo dazu passen)

Stressauslöser	selten	regelmäßig	häufig

8. Zu welchem Stresstyp gehört dein Hund?

Flucht, Kampf, Herumkaspern, Einfrieren oder Totstellen?

.....