



STIMMUNGSÜBERTRAGUNG

Stimmungsübertragung wirkt ein bisschen wie eine emotionale Ansteckung: Du hast selber eine bestimmte Emotion und deine Umgebung – in aller Regel ist das dein hochsensibler und an dir orientierter Hund – übernimmt genau diese Emotion ohne eigentlich selber einen Grund dafür zu haben. Wenn es angenehme Emotionen sind wie Freude oder auch nur Entspannung und Wohlbehagen, ist das ja nichts Schlechtes. Aber meist sind es die weniger netten und dafür umso heftigeren Stimmungslagen wie Wut und Ärger oder Stress und miese Stimmung, die wir ungefiltert weitergeben.

Beobachte und überleg mal, wie das zwischen deinem Hund und dir läuft:

1. Wann kannst du beobachten, dass du deinen Hund mit Fröhlichkeit und Freude ansteckst?

.....

.....

.....

.....

2. Wann kannst du beobachten, dass du Ärger, Heftigkeit und Wut auf deinen Hund überträgst?

.....

.....

.....

.....



3. In welchen Momenten überträgst du deine Niedergeschlagenheit oder miese Laune auf deinen Hund?

.....

.....

.....

.....

4. Welche Eigenschaften oder Verhaltensweisen nerven dich an deinem Hund (ein wenig) und könnte es sein, dass er dich damit spiegelt?

.....

.....

.....

.....