

# Problemlöser **Hund**



**Therapeut auf  
vier Pfoten**

# Problemlöser Hund

## Therapeut auf vier Pfoten

Reproduktionen, Übersetzungen, Weiterverarbeitung oder ähnliche Handlungen zu kommerziellen Zwecken sowie Wiederverkauf sind ohne die schriftliche Zustimmung des Autors / Rechteinhabers nicht gestattet

Copyright Henriko Tales

Diese Publikation wurde nach bestem Wissen recherchiert und erstellt.

Verlag und Autor können jedoch keinerlei Haftung für Ideen, Tipps und Tricks sowie für Sachverhalte übernehmen. Die publizierten Tipps und Ratschläge sind als Hilfen zu verstehen, um jeweils zu eigenen Lösungen zu gelangen.

Leser dieses Ratgebers werden ferner ausdrücklich darauf hingewiesen, dass mit diesem Werk weder ein Erfolg versprochen, noch Verantwortung für etwaige Folgen im Zusammenhang mit diesem Buch übernommen werden. Leser sind für die aus diesem Ebook resultierenden Folgen und abgeleiteten Handlungen selbst verantwortlich.

Die folgenden Informationen sind nicht von einem Psychologen oder Arzt verfasst worden. Alle Informationen dienen lediglich dem Zwecke der Aufklärung und Bildung.

Der Inhalt versteht sich daher nicht als Ersatz für eine psychologische Beratung, Diagnose oder Behandlung. Bei starken Problemen empfehlen wir in jedem Fall professionelles Personal aufzusuchen!

# Inhalt

<b>1.</b>	<b>5</b>
<b>2. Wie sind Hunde eigentlich gestrickt?</b>	<b>7</b>
<b>3. Hunde sind leicht zu führen.</b>	<b>9</b>
<b>4. Personal Skills: Die Hunde-Sinne sind spitze.</b>	<b>10</b>
<b>5. Was können Hunde eigentlich alles?</b>	<b>16</b>
<b>6. Welche Probleme haben Sie denn?</b>	<b>18</b>
<b>7. Sind Sie kontaktarm?</b>	<b>18</b>
<b>8. Sind Sie einsam?</b>	<b>20</b>
<b>9. Haben Sie Angst vor dem Tod?</b>	<b>21</b>
<b>10. Sind Sie krank und übergewichtig?</b>	<b>24</b>
<b>11. Suchen Sie einen vermissten Verwandten?</b>	<b>26</b>
<b>12. Sind Sie blind oder gebrechlich?</b>	<b>27</b>
<b>13. Haben Sie Zucker?</b>	<b>28</b>
<b>14. Plagen Sie Rückenschmerzen, Kniegelenke?</b>	<b>29</b>
<b>15. Lernt Ihr Kind schlecht oder liest nicht gern?</b>	<b>30</b>
<b>16. Sind Sie verantwortungslos?</b>	<b>31</b>
<b>17. Geben Sie zu viel Geld aus?</b>	<b>32</b>
<b>18. Haben Sie Langeweile?</b>	<b>33</b>
<b>19. Suchen Sie neue Freunde?</b>	<b>34</b>
<b>20. Keine Abwechslung im Leben?</b>	<b>34</b>
<b>21. Wollen Sie gesünder leben?</b>	<b>36</b>
<b>22. Suchen Sie höhere Lebenserwartung?</b>	<b>38</b>
<b>23. Wollen Sie mehr Freude im Leben?</b>	<b>38</b>
<b>24. Suchen Sie Aufgaben, Selbstbestätigung?</b>	<b>40</b>
<b>25. Brauchen Sie Hilfe, Schutz, Sicherheit?</b>	<b>41</b>

<b>26.Haben Sie Probleme am Arbeitsplatz?.....</b>	<b>42</b>
<b>27.Klappt ´s in der Beziehung nicht mehr so?.....</b>	<b>43</b>
<b>28.Mit Erziehung Ihrer Kinder überfordert?.....</b>	<b>44</b>
<b>29.Haben Sie als Lehrer Probleme?.....</b>	<b>45</b>
<b>30.Wollen Sie eine andere Figur haben?.....</b>	<b>46</b>
<b>31.Sind Sie vielleicht depressiv?.....</b>	<b>47</b>
<b>32.Fürchten Sie sich in der Dunkelheit?.....</b>	<b>49</b>
<b>33.Sind Sie Epileptiker? .....</b>	<b>49</b>
<b>34. Sind Sie gewalttätig und aggressiv? .....</b>	<b>50</b>
<b>35.Nehmen Sie Drogen?.....</b>	<b>51</b>
<b>36. Brauchen Sie „nur“ einen Zuhörer?.....</b>	<b>53</b>
<b>37. Leben Sie in einer gefährlichen Gegend? .....</b>	<b>55</b>
<b>38.Haben Sie Angst, zu früh zu sterben?.....</b>	<b>56</b>
<b>39. Haben Sie zu viel Stress?.....</b>	<b>57</b>
<b>40.Wollen Sie leistungsfähiger werden?.....</b>	<b>59</b>
<b>41. Schutz vor Allergien und Krebs?.....</b>	<b>60</b>
<b>42. Haben Sie ein metabolisches Syndrom?.....</b>	<b>61</b>
<b>43. Stottern Sie vielleicht?.....</b>	<b>62</b>
<b>44. Arbeitslos, Knast oder Witwer?.....</b>	<b>62</b>
<b>45.Wollen Sie auswandern?.....</b>	<b>63</b>
<b>46.Leiden Sie unter körperlichen Behinderungen?.</b>	<b>64</b>
<b>47.Hatten Sie einen schweren Unfall?.....</b>	<b>65</b>
<b>48.Verbrechen aufklären.....</b>	<b>65</b>
<b>49.Suchen Sie mehr Lebensqualität?.....</b>	<b>66</b>
<b>50.Schlusswort.....</b>	<b>68</b>

## 1.

Hätten Sie gedacht, dass es sich mit Hund länger leben lässt? Und doch ist es so. Vierbeiner verschaffen Herrchen eine um 22 Prozent höhere Lebenserwartung. Hunde lösen auch unsere täglichen Probleme wie Bewegungsmangel oder eine zu schwache Immunabwehr. Bello und Mieze haben ein feines Gespür dafür, wenn es uns mal nicht so gut geht. Ja, sie leiden förmlich mit.

Die Tiere besitzen auch so etwas wie Seele und Psyche, und die sind auf ihre Weise ebenso verletzlich wie die des Menschen.

Beispiel: Wenn wir in Urlaub fahren, stellen wir um auf Schongang und Erholung. Für Hunde bedeutet das aber Stress, weil sie sich massiv umstellen müssen: auf eine neue Umgebung, auf neue Nachbarn, auf neue Lebensgewohnheiten am Urlaubsort und vielleicht auch auf anderes Futter. Der Hund kann dem Menschen in vielerlei Hinsicht helfen, aber er braucht auch Ihre besondere Zuneigung.

Nun wissen wir inzwischen, dass Hunde beim Zoll Drogen und sogar geschmuggeltes Geld mit ihrem sehr feinen und ausgeprägten Geruchssinn schnüffeln können; dass sie Menschen unter Trümmern finden oder sogar aus Fluten retten. Aber sie können uns auch noch viel mehr helfen, zum Beispiel in rein menschlichen Problemen. Einem Hund können sie Ihren Kummer mitteilen. Sie dürfen ihm alles erzählen, ohne dass es gleich im Büro-Funk die Runde macht. Er ist ein guter Zuhörer und gibt Ihnen mit Gesten und Jaulen zu verstehen, dass er Ihnen Trost zuspricht. Wie schön ist es, wenn Bello seinen Kopf auf Ihren Schoß legt und Ihnen damit sagt: „Ich bin bei Dir und verstehe Dich!“ Er fühlt mit und ihm können Sie den Kummer von Ihrer

Seele beichten. Finden Sie erst einmal einen solchen verständnisvollen Menschen!

Dieses eBook zeigt Ihnen aber noch viel mehr. Ja, Ihr Hund wird zum echten Problemlöser; Sie wissen es nur noch gar nicht. Deshalb haben Sie jetzt genau alles richtig gemacht, denn hier erfahren Sie, wobei Ihnen Ihr treuer Begleiter helfen kann; und das ist verdammt viel. Natürlich ist jede Lage individuell. Nicht alle Probleme lassen sich nach einem Strickmuster gleich behandeln. Aber Sie erfahren hier grundsätzliche Ansätze, wie Sie zusammen mit Ihrem Hund viele schwierige Situationen in Ihrem Leben besser meistern. Erkennen Sie das erst einmal, und dann werden Ihnen die Augen aufgehen. Ja, wundern Sie sich nicht, was alles mit Hasso und Kyra möglich ist. Das eBook gibt Ansätze, die Sie ermuntern, Ihren Hund als Problemlöser einzusetzen und besser zu verstehen. Jeder muss daraus die für ihn passenden Schlüsse ziehen und Lösungen suchen.

## 2. Wie sind Hunde eigentlich gestrickt?

Ein bekannter US-Hundetrainer stellt seine Methoden regelmäßig auf dem so genannten National Geographic Chanel vor, mittlerweile auch in Deutschland (über Nat Geo Wild). Der US-Amerikaner treibt Hunden ihre Aggressivität und andere Macken aus. In wenigen Trainingseinheiten zeigt der gebürtige Mexikaner verzweifelten Hundehaltern, wie sie mit ihrem Liebling besser zurechtkommen, ihn verstehen lernen und so zu einem sehr nützlichen Begleiter machen.

In seinem neuesten Buch gibt er Einblicke in die Hunde-Psychologie, die mancher Hundehalter nur schwer versteht. Daraus, wie der Vierbeiner auf bestimmte Situationen antwortet, kann man wiederum für sich wertvolle Schlüsse ziehen. Der Hundetrainer hält uns Hundehaltern dabei auch schonungslos den Spiegel vor sein eigenes Gesicht: Gibt es Stress in der Beziehung, spürt das der Hund sofort; kommt ein neues Frauchen ins Spiel, dann hat Hasso damit zunächst ein Problem, ebenso wenn ein Baby die Familie vergrößert. Hunde reagieren vor allem auf Trennung – entweder mit Bellen, Jaulen oder auch mal mit einem Häufchen oder einer „aufgeräumten“ Wohnung. Sie kennen doch bestimmt das schöne Bild aus der Werbung: Das thront ein schwarz-weiß-gefleckter Dalmatiner auf einem Sofa; ringsherum sind Kissen zerfetzt und Betten aufgerissen, die Federn überall in der Wohnung verteilt. So kann es passieren. Wenn dann auch noch die kurzzeitige Trennung mit Ritualen bekräftigt und zelebriert wird, tut das der Hunde-Psychologie besonders weh. Der Hundeprofi lehrt uns ferner, dass auch Hunde regelrecht depressiv werden können, etwa nach Ferien, in denen man sich besonders intensiv

mit ihnen beschäftigt hatte – und plötzlich ist Schluss damit. Sie sehen also: Ihr Vierbeiner kann Ihnen sehr nützlich sein, wenn Sie ihn richtig behandeln und erst mal verstehen lernen.

Besonders die Rasse des Labradors macht uns sehr deutlich, wie sich der Hund momentan fühlt. Denn ist ein Labrador sehr gelangweilt, dann lässt er das auch mal mit einem tiefen Seufzer raus und pustet uns einen vor; er zeigt dann ein völlig uninteressiertes, gelangweiltes Gesicht mit lässig herunterhängenden Mundwinkeln, die er unter der ausgepusteten Luft flattern lässt. Damit verlangt er nach Beschäftigung, nach Aktivität, nach Rausgehen oder Gassi gehen. Wer das nicht versteht, wird wenig Freude an seinem Hund haben, weil der dann auch nicht bereit ist, seinem Herrchen bei dessen Problemen zu helfen.

### **3. Hunde sind leicht zu führen**

Dabei sind die Vierbeiner eigentlich sehr leicht zu führen – und somit für uns als Problemlöser einsetzbar. Wir müssen nur ein paar Dinge beachten. Grundprinzip Nummer eins ist Ihre Konsequenz. Sagen Sie nicht heute hü und morgen hott. Das bringt den Hund durcheinander; er weiß buchstäblich nicht mehr, wie er sich verhalten soll – und macht in der Konsequenz natürlich, was er will. Bleiben Sie dagegen bei einer klaren Linie, bringen Sie so Ihrem Hund auch bei, Ihnen bei Ihren Problemen behilflich zu sein. Geben Sie nicht nach, wenn Rex mit Dackelblick um ein Leckerli bettelt; streicheln Sie ihn stattdessen.

Dazu gehört zweitens eine stabile Hunde-Psychologie. Machen Sie ein Alleinlassen des Vierbeiners zur normalsten Sache der Welt. Wenn Sie selbstsicher auftreten, fällt es dem Hund leichter, die Situation zu akzeptieren und sich dabei wohler zu fühlen. Bloß keine Dramatik, denn das wirkt heftig auf Hasso. Nur mit stabiler Psyche kann Ihr Hund Ihnen auch wirklich nützlich sein. Denken Sie immer daran, wenn sie ihn als Problemlöser einsetzen möchten.

## 4. Personal Skills: Die Hunde-Sinne sind spitze

Was der Mensch mit seiner Intelligenz schafft, sind für Hund und Katz Tast-Sinn, Geruch, Seh-Sinn und Gehör. Unsere lieben Vierbeiner haben uns zumindest in diesen Punkten einige klare Vorteile.

1. **Der Hör-Sinn des Hundes:** Sein Ohr nimmt wesentlich höhere Frequenzen als das menschliche Ohr wahr – bis zu 50.000 Herz (nach anderen Quellen sogar im Bereich bis 100.000 Herz); wir Menschen dagegen schaffen grade einmal bis zu 20.000 Herz und haben unsere maximale Empfindlichkeit bei bis zu 4.000 Herz (der Hund bei bis zu 8.000 Herz). Menschen, die sich Hunde vom Leib halten wollen, nutzen solche hohen Töne, die sie auf ihrem Grundstück in Verbindung mit einer Lichtschranke installieren. Diese Hochtöne nehmen wir Menschen nicht mehr wahr; aber für den Hund sind sie erbärmlich: Er sucht ganz schnell reiß aus. Das gleiche gilt auch für Katzen. Man setzt hohe Töne aus speziellen Pfeifen auch im Hundetraining ein. Der Hund hat noch einen entscheidenden weiteren Vorteil: Er besitzt nämlich bewegliche Ohrmuscheln und kann deshalb Geräusche ganz gut dreidimensional wahrnehmen. Menschen schaffen das nur schlecht; wir müssen unsere Ohren richten und justieren, um Geräusche besser zu orten. Für den Hund ist diese Fähigkeit auch ein Signalgeber für die optische Kommunikation.

2. **Das Auge des Hundes:** Hunde könnten nur Graustufen (schwarz-weiß) sehen, so die Meinung früher. Die Wissenschaft hat dies aber mittlerweile durchkreuzt. Hunde sehen durchaus Farben, sind aber grün-rot-blind. In der Dämmerung sehen auch wir Menschen nur Graustufen – aber: Im Gegensatz zu uns sehen Hunde in Dämmerung um ein Vielfaches besser. Allerdings kennt das Hundeauge kein Rot. Weitere Unterschiede bestehen darin, dass ein Hundeauge im Blau-Bereich am besten sieht, während das menschliche Sehorgan dies im Grün-Gelb-Bereich am besten kann. Die Sehschärfe wird beim Hund als geringer vermutet, dafür ist sie auf Bewegung optimiert. Das Hundehirn unterdrückt still stehende Objekte. Wie beim Wolf, der seine Beute erst einmal optisch aussuchen muss, weil sie sich vor seinem Auge bewegt, dürfte das auch der Grund beim Hundeauge sein. Das Gesichtsfeld des Hundes ist ebenfalls größer; er kann in einer horizontalen Ausdehnung von bis zu 240 Grad sehen, während der Mensch nur bis zu 180 Grad schafft. Dagegen ist das dreidimensionale Sehen beim Menschen doppelt so groß – nämlich im Bereich von 120 Grad (Hund: 60 Grad).
  
3. **Der Geruchssinn des Hundes:** Hunde riechen besonders gut; ihre Nase ist wesentlich empfindlicher als die des Menschen, weshalb sie auch zu den so genannten Nasentieren zählen. Allerdings ist dieses Vermögen auch von Hunderasse zu Hunderasse verschieden. Ein Mopps mit einer platten Nase hat viel mehr Riechzellen als ein Schäferhund. Der Mensch – obwohl in China ein Westeuropäer Langnase genannt wird – hat nur circa fünf Millionen Riechzellen, wogegen ein Schäferhund auf bis zu 220 Millionen solcher Zellen kommen

kann. Faustregel: Je länger die Hundeschnauze ist, umso besser riecht er auch, weil sein Organ mehr Riechzellen hat. Allein die Zahl zeigt, dass der Vierbeiner eine verdammt gute Nase haben muss, genauer gesagt etwa eine um eine Million Mal bessere. Dazu kommen kurze Atemzüge – etwa 300 in der Minute. Die „füttern“ die Riechzellen permanent mit neuen Geruchsstoffen. Wir haben zwar auch einen linken und einen rechten Nasenflügel, können aber nicht wie der Hund zwischen rechts und links differenzieren. Der Hund kann gar die Richtung riechen, sozusagen Stereo schnuppern. Das ist besonders wichtig, wenn ein Hund Spuren erschnüffeln soll, etwa die eines verschollenen Menschen. Mit seinem extrem ausgeprägten Geruchssinn kann er sogar alte Spuren verfolgen und zielgenau sogar die Richtung finden. Allein der Anteil seines Riechorgans im Hirn beansprucht zehn Prozent des gesamten Hundehirns (beim Menschen nur ein Prozent!). Das macht deutlich, warum der Mensch das Tier als Spürhund in so unterschiedlichen Bereichen einsetzt. Die Wissenschaft hat zudem festgestellt, dass Hunde Gerüche sogar schmecken können. Im Gaumen haben sie ein bestimmtes Organ, das diese so aufgenommenen Informationen sofort ans Hirn weiterleitet – an das so genannte Limbische System; dies lässt beispielsweise Gefühle und Triebverhalten entstehen und es sorgt auch dafür, dass Hormone gebildet werden.

4. **Der Geschmackssinn:** Im Geschmack wiederum ist der Mensch mit 9.000 Geschmacksknospen gegenüber 1.700 des Hundes im Vorteil. Sie sind allerdings unterschiedlich angeordnet. Ein Vierbeiner kann schon auf seiner Zungenspitze schmecken und er hat zwei unterschiedliche Arten von Speichel: der wässrige ist zuständig für die Gemüsenahrung, der schleimige löst fleischige Nahrung auf. Beim Hund reagiert der seitliche Teil auf saure und süße Nahrung sowie salzige; erst im hinteren Teil der Zunge werden bittere Stoffe wahrgenommen, weshalb Hunde oft erst gefährliche Tierköder bemerken, wenn es zu spät ist. Und der Hund hat einen weiteren Nachteil bei der Nahrungsaufnahme: Sieht und schnuppert er Fressen, macht er sich gierig darüber her und schluckt die Brocken schnell ganz runter, weil er schon das nächste Stück im Visier hat und es nicht verpassen will. Wir Menschen fragen uns: Wo bleibt da der Genuss? Ein Hund will einfach so viel und so schnell von dem Fressen haben, wie er gerade abbekommen kann. Gibt man ihm eine Scheibe Mortadella, schluckt er sie ganz hinunter, weil er schon nach der nächsten Scheibe giert. Deshalb ist es auch verkehrt, dem Hund zu zeigen, dass man noch mehr für ihn in der Hand hat. Tierhasser packen zum Beispiel Rattengift in Frikadellen oder Rasierklingen in Leberwurstbällchen. Der Hund riecht nur die leckere äußere Hülle und frisst sich so ins Verderben. Wir Menschen würden sofort den bitteren oder scharfen Fremdkörper spüren und alles sofort wieder ausspucken.

5. **Der Tastsinn des Hundes:** Ganz wichtig ist für Hasso und Fips der Tastsinn, denn über eine Berührung entstehen bei ihnen emotionale und soziale Bindungen. Wenn wir unseren Hund berühren, beruhigen wir ihn – man kann es fühlen: Ihr Puls verlangsamt sich, wenn sie zuvor aufgeregt waren; auch wird ihre Atmung langsamer, sie hecheln nicht mehr so. So bauen sie auch Kontakt mit anderen Hunden auf. Dazu kommen die so genannten Vibrissen, die langen Schnauzhaare. Bei Katzen sind diese noch viel sensibler. Sehr stark auf Druck reagieren Nase und Lippen – warum? Dort enden nämlich besonders viele Sinnesnerven. Über seine vier Pfoten spürt ein Hund sogar Vibrationen. Die Vibrissen im Gesicht sind starrer als die Haare am Körper. Sie gehen tiefer in die Haut; an ihrer Basis finden sich viele Tastrezeptoren. Man hat herausgefunden, dass 40 Prozent des Gehirnnareals, das für den Tastsinn verantwortlich ist, allein für das Gesicht zuständig ist. Insofern kann man davon ausgehen, dass die Vibrissen eine wichtige Rolle einnehmen. Sie sind quasi das Frühwarnsystem des Hundes; sie schützen ihn vor Augenverletzungen und Zusammenprall. Wie hoch empfindlich die Schnurrhaare sind, beweist die Tatsache, dass ein Hund allein im Vorbeigehen eine Gefahr spüren kann, nämlich durch den erzeugten Luftwirbel. Der Hund hat keine Wärmesensoren – nur an der Nase. Verbrennt er sich, dann spürt er das nur über seine Schmerzsensoren, nicht jedoch über die Temperatur.

Nun wissen wir also, was den Hunden von Natur aus mitgegeben ist. Leicht fällt es uns deshalb, ihre besonderen Fähigkeiten zu erkennen und sie für unsere Probleme zu nutzen. Erfahrene Hundetrainer schöpfen diese „Skills“ aus und prägen sie durch

regelmäßige Übungen noch weiter aus. So kann man einen Hund dazu bringen, vermisste Personen zu suchen oder Schwarzgeld aufzuspüren, und man bildet auf diese Weise Blindenhunde aus. Das ist aber oft ein langwieriger Prozess, der bis zu drei Jahre dauern kann.

## 5. Was können Hunde eigentlich alles?

Wie wir oben schon erfahren haben, können Hunde Geld riechen, Drogen und Gold. Sie spüren verschüttete Menschen auf, führen Blinde durch Straßen und merken, wenn eine Wohnung brennt sowie Qualm eindringt. Hunde riechen sogar, wenn Herrchen Krebs hat, und sie holen Hilfe, wenn er mit einem Herzinfarkt umkippt. Hunde sind Beschützer und wehren Angreifer ab, verscheuchen Diebe von Grundstücken und aus Wohnungen. Vierbeiner trösten uns im Kummer; sie spüren, wenn es unserer Seele schlecht geht. Hunde sind gute Zuhörer; ihnen können wir alles erzählen. Sie nehmen Spuren auf, wenn wir vermisste oder entführte Menschen suchen, indem wir sie an der getragenen Kleidung riechen lassen. Hunde werden in der Therapie eingesetzt, damit Kranke schneller gesund und Einsame erheitert werden. Menschen mit Hund leben länger – aus vielerlei Gründen: Unsere Grundstimmung hebt sich und wir sind zu Bewegung gezwungen, gehen an die frische Luft und stärken so unser Immunsystem, um nur einige wenige Beispiele zu beschreiben. Vierbeiner zwingen uns zur Verantwortung: Wir haben die Pflicht, für sie zu sorgen, sie zu begleiten und auch für sie da zu sein. So mancher ist in der Verantwortung für einen Hund zu einem anderen Menschen geworden. Kinder, die sich einen vierbeinigen Begleiter gewünscht haben, lernen so frühzeitig, für jemanden zu sorgen, ihn zu pflegen. Das Tier ist ein ganz wichtiger Problemlöser gegen Einsamkeit und daraus resultierende psychische Probleme. Mit Hund sind Sie nie einsam und leiden erwiesenermaßen weniger unter Depressionen.

Nehmen Sie nur den Imbissbuden-Besitzer, der den ganzen Tag

alleine in seiner kleinen Hütte Kunden bedient: Was meinen Sie, wie wertvoll ein Hund da ist? Der Mann könnte den Tag kaum überstehen – einsam, alleine, ohne irgendeine Kommunikation. Wer Kontaktschwierigkeiten hat, schafft sich einen Hund an; der ist nämlich der klassische „Kontakter“. Über den Hund kommt man mit jedem ins Gespräch. Wie viele Menschen haben nach Kindererziehung, Pensionierung oder gar Tod des Partners keine Bezugsperson mehr? Für sie kann der Hund sinnvoller Kind- oder Partnerersatz werden. Hasso können Sie auch mit ins Büro nehmen. Schlagartig wird die Stimmung besser und man schafft echt mehr. Stress mit Hund kann erst gar nicht aufkommen.

Wenn wir alle diese Fähigkeiten und noch viel mehr, die Hunde zweifelsohne haben, richtig nutzen, können wir unsere lieben und geschätzten Vierbeiner gezielt dazu einsetzen, unsere Probleme zu lösen oder sie zumindest zu erleichtern. Im nächsten Schritt zeigen wir Ihnen, wie das konkret funktioniert.

## 6. Welche Probleme haben Sie denn?

Natürlich sind die Probleme so individuell wie jeder Mensch einzigartig ist. Wir haben einen ganzen Warenkorb unterschiedlicher Schwierigkeiten im Leben. Deshalb wollen wir und über eine Problemliste an den Hund ranmachen: Wie kann uns der Vierbeiner dabei helfen?

## 7. Sind Sie kontaktarm?

Der **klassische Problemlöser** bei Kontaktschwierigkeiten ist der Hund. Sie haben absolut Probleme, Frauen oder Männer anzusprechen? Mit Hund geht das automatisch. Da brauchen Sie nicht mal selbst aktiv zu werden. Was meinen Sie, wie viele Flirts sich schon über den lieben Vierbeiner ergeben haben? Partnerschaften und Ehen sind geschlossen worden, weil man sich über Hasso und Kyra näher gekommen ist. Schauen Sie sich nur einmal um: Hundebesitzer sind nie allein; schnell ergibt sich ein Small Talk – wie auch am Kinderwagen „Och wie süß ist denn die Kleine!“ – „Der, bitte!“ – Beim Hund läuft es ähnlich; hier mal ein typisches Gespräch unter Herrchen und Frauchen: „Och ist der aber süß! Er oder Sie? Wie alt ist er denn und wie heißt er? – Gerade mal ein Jahr! – Und noch sehr verspielt! Welche Rasse ist es denn genau? Sind Sie öfter hier im Wald? Lassen wir die Beiden doch einfach mal rumtoben. Was machen Sie sonst so, haben Sie viel Zeit für Ihren Bello? Nehmen Sie ihn mit ins Büro? Welches Futter geben Sie ihm? Sollen wir uns mal zum gemeinsamen Spaziergang treffen?“ Diese Art von Anbaggern ist so unverfänglich; Sie brauchen sich nicht mal zu verstellen und haben ein freies „Schussfeld“.

Mit Hund finden Sie leichter Anschluss, begegnen Ihnen Menschen offener und sind Sie einfach sympathischer. Und wenn es nur ein kurzes „Hallo“ unter Hundehaltern ist. Dazu kommt, dass Hunde immer daran interessiert sind, fremde Menschen zu beschnüffeln. Herrchen kann also gar nicht anders, als sich Ihnen zuzuwenden. Über das Tier kommt man immer ins Gespräch. Es ist auch eine gute Übung für Menschen, die kaum andere ansprechen können: Gehen Sie mit Hund raus und lassen sich ansprechen; das macht Mut. Der Hund ist unverfänglich. Es ist ein Unterschied, jemandem ins Gesicht zu sagen: „Du ich find Dich toll; treffen wir uns mal?“ oder: „Ihr Hund sieht aber niedlich aus, echt sympathisch!“ Über den unverfänglichen Hunde-Talk finden Sie auch leicht heraus, ob Ihr Gegenüber Sie mag oder nicht. So kann man über den Vierbeiner viel mehr testen als nur die Hundeliebe. Bei den Kontakten geht es aber nicht nur um Liebe, Sex und Partnerschaft. Manche Menschen suchen einfach nur einen Gesprächspartner oder jemanden, der mit ihnen etwas unternimmt: spazieren gehen, Karten oder Schach spielen, Kaffee trinken, verreisen, tanzen, Fahrrad fahren und so weiter.

**Quintessenz:** Der Hund ermöglicht Ihnen einen leichteren Zugang zum anderen Geschlecht – und vielleicht sogar mehr; ihn setzen Sie als Sympathie-Gradmesser ein. Über Ihren Dackel erfahren Sie, ob Ihr Ansprechpartner auch etwas für Sie übrig hat. Und er hilft Ihnen bei zahlreichen anderen Verabredungen. Last but not least tauschen Sie sich über Futter und Erziehungsmethoden aus; Hundekrankheiten und Tierärzte sind weitere Gesprächsthemen. Manchmal auch:

„Machen wir Babies?“ (natürlich Hunde-Babies!). Mit Hund überwinden Sie Ihre Kontaktschwäche.

## **8. Sind Sie einsam?**

Haben Sie Ihren Partner verloren? Sind die Kinder aus dem Haus? Gehen Ihnen die Mitmenschen aus dem Weg? Haben Sie sich selbst zurückgezogen, ihr soziales Netzwerk vernachlässigt oder gar aufgegeben? Sind gute Freunde weggezogen oder gestorben? Plötzlich stehen Sie ganz allein da und haben niemanden mehr um sich herum. Es gibt viele Gründe für Einsamkeit. Man mag sich selbst nicht mehr im Spiegel ansehen, ist stark übergewichtig, unattraktiv, pflegt sein Äußeres gar nicht mehr, hat vielleicht sogar ein körperliches Leiden und humpelt. Irgendwie hat man Angst vor Ablehnung und wagt es erst gar nicht mehr, anderen Leuten zu begegnen. Vielleicht haben Sie auch Ihre Arbeitsstelle verloren. Sie verkriechen sich in Ihre eigenen vier Wände und gehen erst gar nicht mehr raus – warum auch? Ihre Partnerin oder Ihr Partner hat Schluss gemacht. Sie haben finanzielle Probleme – vielleicht stecken Sie sogar gerade mitten einer Privatinsolvenz. Wohin sollten Sie jetzt auch gehen? Geld haben Sie keins; selbst einen Kaffee können Sie sich nicht mehr leisten.

Hier hilft als erste Soforthilfe ein Begleiter – vielleicht aus dem Tierheim. Gehen Sie einmal dorthin, und Sie werden sich spontan in ein Wollknäuel oder einen drahtigen Terrier verlieben. Wenn Sie sonst keiner mehr mag, diese Tiere lieben Sie und sind dankbar, einen neuen Partner gefunden zu haben. Ein Hund spürt Ihren Kummer, Ihre Einsamkeit. Was

meinen Sie, wie Sie sich fühlen, wenn der zufrieden seinen Kopf auf Ihren Oberschenkel ablegt? Hunde sind gute Gesprächspartner; sie hören zu, und ihnen können Sie alles erzählen, ohne dass es an der nächsten Straßenecke ausposaunt wird. Vierbeiner haben ein feines Gespür für Herrchens Leiden, auch für seine psychischen. Sie haben schon seit Wochen oder Monaten keinen Gesprächspartner mehr – jetzt können Sie stundenlang mit ihm quatschen. Manchmal geben Tiere auch Laute von sich, die Ihnen sagen: „Ja, ich verstehe Dich, aber ich bin doch bei Dir!“ Nichts ist schöner, als wenn Ihr Begleiter zufrieden seinen Kopf in Ihren Arm legt. Es ist ein so herrliches Gefühl der vollkommenen Hingabe, des Vertrauens, der Geborgenheit und Dankbarkeit. Mit Hund sind Sie nie einsam.

## **9. Haben Sie Angst vor dem Tod?**

Viele Menschen fürchten sich davor, allein zu sein und dann ausgerechnet einen Herzinfarkt zu erleiden. Sie haben regelrecht Angst vor dem Tod – und niemand ist in ihrer Nähe, der helfen könnte. Die wildesten Gedanken kreisen um sie herum. „Wie sichere ich mich ab? Dann lassen sie Notklingeln installieren, vereinbaren Klopfsignale oder tragen einen Alarmgeber ständig um den Hals. Solche Menschen treibt eine Panik vor dem plötzlichen, hilflosen Tod. Dabei vergessen die meisten, dass man in der Regel bereits zehn Sekunden nach einem Infarkt das Bewusstsein verliert und gar nichts mehr machen kann. Besser wäre es, die ersten Notfall-Maßnahmen zu kennen und anzuwenden. Wie oft ist es passiert, dass Menschen mit bekannten Rückenproblemen durch Verrenkungen in der Badewanne einen

Bandscheibenvorfall erleiden und sich gar nicht mehr bewegen können. Oft liegen sie stunden- oder sogar tagelang in dem dann erkalteten Wasser. Ja, leider sind auch schon alleinstehende Menschen nach Tagen in ihrer Wohnung tot aufgefunden worden. Gegen all das hilft ein Hund! Ja, schütteln Sie jetzt nicht mit dem Kopf, denn es stimmt. Hunde können Hilfe holen. Sie bellen so lange, bis die Nachbarn die Polizei rufen. Ob Sie einen Infarkt oder Schlaganfall erlitten haben, durch Überzuckerung ins Koma gefallen oder Sie zu Boden gestürzt sind, Feuer in Ihrer Wohnung ausbricht und Qualm Sie zu ersticken droht – ein Hund ist Ihr Retter in der Not. Sie brauchen also keine Angst zu haben, denn der Vierbeiner passt schon auf. Er schlägt Alarm oder ist so clever, dass er sogar die Tür öffnen kann.

In alten Fernsehserien hat man das gut sehen können: Herrchen fällt vom Pferd oder ist durch einen Schuss verwundet worden und Langhaarcollie Lassie rennt über Kilometer, bellt vor dem Haus so lange, bis jemand mitkommt, den der Hund direkt zum Verunglückten führt. Vierbeiner sind so intelligent: Sie spüren ganz genau, wo Gefahr im Verzug ist. Der Hund an Ihrer Seite nimmt Ihnen die Angst vor dem Tod. Sie sind quasi in sicheren Händen. Dazu kann man dem Hund auch einiges antrainieren, nämlich wie er die Türklinke herunterdrückt, wenn Sie hilflos auf dem Boden liegen. Hunde erschnüffeln auch schon im Vorfeld Gefahren, etwa wenn Sie Zucker haben; selbst Krebs riechen sie und werden unruhig. Man bringt ihnen bei, eine kurz bevorstehende Unterzuckerung mit Koma zu spüren und Herrchen durch ein bestimmtes Verhalten dazu zu bringen,

schnell ein Stück Traubenzucker zu essen oder einen süßen Saft zu trinken. Legen Sie also mit Hund Ihre Angst vor dem Tod getrost beiseite.

Es gibt ja solche Hypochonder, die an jeder Ecke den Tod lauern sehen. Aber auch der ganz normale Wahnsinn wie Gedanken an Feuer, Herzinfarkt oder Unfall sind nicht von der Hand zu weisen. Sie kommen immer dann verstärkt wieder aufs Radar, wenn gute Freunde, Nachbarn oder Arbeitskollegen plötzlich gestorben sind. Und das passiert unweigerlich. Schlimm sind die Gedanken, wenn Verstorbene etwa im gleichen Alter wie man selbst waren. Gestern hat man noch mit jemandem gescherzt und heute Morgen ist er schon tot. Oder man erfährt, dass ein allein lebender Bekannter vor dem Fernseher gestorben ist und der erst Tage später vom Hausmeister aufgefunden wurde – oh wie schrecklich! Wenn Sie selbst dann auch noch allein leben, macht Sie so etwas rasend. Wie schütze ich mich vor dem plötzlichen Herzinfarkt, vor Ohnmacht oder dem Ausrutschen im Bad? Sie haben Angst davor und das wird zum Problem. Was bietet Schutz vor solchen Situationen? Sie grübeln und suchen nach Lösungen – ein Alarmknopf vielleicht, ein Handy um den Hals, Klopfzeichen zum Nachbarn – ein Hund ist die Lösung Ihres Problems. Er gibt Ihnen das Gefühl, beschützt zu werden und im Notfall Hilfe herbei zu bellen. Das muss Sie doch beruhigen. Sie brauchen keine Angst mehr vor dem Tod zu haben, denn Sie haben jetzt einen treuen und zuverlässigen Begleiter an Ihrer Seite. Das Problem wäre also mit Wuffi erledigt.

## **10. Sind Sie krank und übergewichtig?**

Übergewicht ist die Zivilisationskrankheit Nummer ein. Mehr als die Hälfte der Bevölkerung hat zu viele Pfunde auf den Rippen. Wir essen im Prinzip immer noch so viel, wie unsere Vorfahren, die dafür aber zehn Stunden am Tag hart schufteten und das auch brauchten. Sie haben mit Muskelkraft die Felder bestellt, Bäume gefällt, Eisen geschmiedet, Heu und Stroh eingefahren, von Hand Häuser gebaut und dergleichen mehr. Wir haben heute jedoch, maschinelle Helfer und brauchen oft nur den Knopf zu drücken. Dafür muss ich aber nicht 3.000 oder 5.000 Kalorien zu mir nehmen, 2.000 reichen auch. Weil vieles automatisiert ist, bewegen wir uns auch nicht mehr ausreichend, Folge: Wir legen an Gewicht zu, unsere Knochen haben mehr zu tragen, Rückenschmerzen und Gelenkprobleme nehmen zu. Es ist ein Teufelskreis der modernen Zivilisation: Bewegungsmangel- und Übergewicht-Krankheiten.

Dagegen hilft vor allem ein Hund. Denn der zwingt Sie täglich mehrmals raus zum Gassigehen, bei Wind und Wetter – ob Sie wollen oder nicht. Der Vierbeiner hält Sie in Bewegung, nicht nur, wenn Hasso mal muss. Er will gefordert werden, nach Stöckchen rennen, durch Wald und Wiesen marschieren – er zieht Sie schon mit, keine Sorge. Diese tägliche Bewegung tut Ihnen und Ihrer Gesundheit gut, hält die Gelenke geschmeidig und lässt Sie nicht zu einer faulen, fetten Couch Potato werden. Frische Luft stärkt Ihren Kreislauf sowie die Abwehrkräfte (Immunsystem). Wie viele Ausreden finden wir, um nicht vor die Tür zu gehen? „Das ist ja ein Sauwetter, da schicke ich nicht mal den Hund nach

draußen!“ – gibt´s nicht mehr. Der Hund wird so lange jaulen und Sie „belästigen“, bis Sie sich den Friesennerz übergestreift haben und mit ihm auch durch den Regen marschieren. Sie fordern gnadenlos ihre Rechte ein. Sie werden schon sehen, wie Sie nachgeben – und am Ende fühlen Sie sich sehr wohl dabei. Ihre Gesundheit verbessert sich spürbar – mit Hund! Ihren Rettungsring verlieren Sie nicht nur durch gesundes Essen, sondern unbedingt gehört regelmäßige Bewegung mit dazu. Mindestens dreimal pro Woche sollten Sie an Ihre Belastungsgrenze kommen – grob gesagt: schwitzen -, erst dann verbrennt Ihr Körper auch Fett und baut Muskeln auf. Also animieren Sie sich und Ihren Hund zu ein paar Höchstleistungen, zum Beispiel zu einem Dauerlauf, Joggen, Hüpfen über Balken oder Baumstämme im Wald; fahren Sie mit dem Rad und Bello läuft daneben mit; gehen Sie zum Hunde-Übungsplatz und laufen mit Amadeus um die Fähnchen herum, hüpfen über Hindernisse und sprinten über kleine Brücken. Dann bleiben nämlich Herrchen und Tier fit.

## **11. Suchen Sie einen vermissten Verwandten?**

Sie wissen, dass Hunde Menschen riechen können. Nun haben Sie seit Wochen von einem nahen, lieben Verwandten kein Lebenszeichen mehr gehört; Sie haben also ein dickes Problem, weil Sie ihn vermissen. Sie wissen, wie es ihm geht. Ist er entführt worden? Hat er sich was angetan? Ist ihm etwas passiert – ein Unfall vielleicht und er liegt hilflos im Krankenhaus? Neben all den Rettungs- und Suchmaßnahmen der Polizei, Feuerwehr und sonstigen Helfer kann Ihnen jetzt eine besondere Fähigkeit von Hunden zugutekommen: Nehmen Sie ein paar Kleidungsstücke des oder der Vermissten und lassen den Hund daran intensiv schnuppern. Dann gibt sein Hundeführer Befehl, diesen Geruch zurück zu verfolgen und so eventuell den Vermissten aufzuspüren. Nicht immer gelingt das auf Anhieb, doch manchmal ist es schon hilfreich, wenn die Spürnase eine Richtung vorgibt. Wir Menschen können dann logisch kombinieren und weiterdenken, Schlüsse daraus ziehen, Berechnungen anstellen. Der Hund ist in dem Fall die Grundlage, unser Ausgangspunkt. Er hilft uns entscheidend weiter – und wenn es manchmal nur das Aufspüren der Leiche ist. Wir bekommen auf jeden Fall Klarheit und wissen, woran wir sind. Der Fall klärt sich dank Hassos feinem Geruchssinn auf – eine wichtige Problemlösung also.

## **12. Sind Sie blind oder gebrechlich?**

Stellen Sie sich vor, Sie wären blind und hätten niemanden an Ihrer Seite. Dann wären Sie nicht nur hilflos, sondern könnten Ihr eigenes Leben gar nicht bewerkstelligen. Gottseidank gibt es ausgebildete Blindenhunde, die Sie nach draußen begleiten und sogar über Straßen führen, Sie vor Gefahren warnen – und Sie schließlich doch wieder am Leben teilhaben lassen. Blindenhunde ersetzen Menschen, sind wie eine Begleitperson. Weil sie so viel gelernt haben, dauert ihre Ausbildung auch etwa drei Jahre, bis sie einen Blinden selbständig führen können, sicher durch den Straßenverkehr lotsen und völlig ruhig begleiten. Diese Ruhe überträgt sich auch auf den Patienten. Das gilt natürlich auch für andere Behinderungen, etwa wenn Menschen nicht mehr gehen können und ständig auf Begleitung angewiesen sind. Geschulte Vierbeiner ersetzen hier glatt ein menschliches Wesen; und nebenbei kann der Behinderte seinen treuen Begleiter streicheln und fühlt so wohlige Wärme, innige Zuneigung. Einsamkeit ist wie weggeblasen. Therapeutische Tiere wie Hunde dürfen sogar mit ins Alters- oder Pflegeheim genommen werden, ja, sie darf man auch mit in die Flugzeugkabine nehmen; sie sind wie Begleitpersonen. In solchen Fällen ist man wirklich dankbar für eine solche Problemlösung. Stellen Sie sich im umgekehrten Fall die Situation einmal ohne Hund vor: Es müsste erst eine Person gefunden werden, die mit der Erkrankung vertraut ist oder gemacht würde. Ihr muss quasi jeder Handgriff, jede Hilfsbedürftigkeit erklärt werden. Ein Hund hat das in seinem Lernprogramm und danach intuitiv.

### **13. Haben Sie Zucker?**

Immer wichtiger werden speziell ausgebildete Hunde für Diabetiker. Diese Erkrankung ist heimtückisch, weil man sie erst mal nicht bemerkt. Wenn man etwas spürt, ist es oft zu spät und nicht mehr rückgängig zu machen. Das besondere Problem bei Zuckerkranken (überwiegend so genannter Alterszucker oder Diabetes mellitus Typ 2) liegt darin, den Zucker richtig einzustellen – durch Ernährung, Bewegung und Tabletten oder Insulin. Mal ist der Zucker zu hoch (wenn man an Torten und Pralinen genascht hat), mal ist er zu niedrig, wenn man seine Medizin genommen, dann einen ausgedehnt Waldspaziergang unternommen und vielleicht noch wenig Kohlenhydrate zu sich genommen hat. Im letzteren Fall nennt man das Unterzuckerung, und die ist wirklich gefährlich. Denn sie kann den Diabetiker ins Koma befördern. Ist man dann auch noch allein, ist Hilfe kaum in Sicht. Koma-Diabetiker sind so schon zu Tode gekommen, weil niemand die missliche Lage auch nur erahnen konnte. Nun gibt es neben zahlreichen Ausbildungsprogrammen für Hunde auch eins, das auf diese spezielle Situation der Diabetiker eingestellt ist. Hunde können schnuppern, bevor Herrchen umkippt; sie riechen die drohende Unterzuckerung, das bevorstehende Koma und schlagen Alarm – in Richtung Hilfe, aber auch für den Patienten selbst, der dann schnell ein Stück Traubenzucker isst oder einen süßen Saft trinkt. Das treibt ganz schnell den Zuckerspiegel wieder hoch – auf Normal also, Koma und Unterzuckerung sind so gestoppt. So kann ein entsprechend ausgebildeter Vierbeiner zu einem sehr wichtigen Problemlöser für den Diabetiker werden.

## **14. Plagen Sie Rückenschmerzen, Kniegelenke?**

Eine Krankheit kommt selten allein; meist spricht man von einem metabolischen Syndrom: Man hat gleich einen ganzen Fächer von ineinander übergreifenden Erkrankungen: Bewegungsmangel, Fettleibigkeit, Bluthochdruck, Diabetes, Knochenprobleme. Unser Stützapparat (Wirbelsäule), der für den aufrechten Gang des Menschen sorgt, muss schon manchmal viel aushalten. Ersetzt man mal den dicken Bauch durch einen Sack Kartoffeln, dann hat man eine Ahnung davon, was unsere Wirbelsäule täglich zu schleppen hat. Da bleiben natürlich Rückenschmerzen nicht aus. Übergewicht schlägt aber zuerst auf die Gelenke; wenn die nämlich dauernd überbeansprucht werden, verbrauchen sie die so genannten „Schmierstoffe“, den Knorpel, der sie elastisch hält. Dann wird für einen Übergewichtigen jede Treppenstufe zum höllischen Schmerz – bis sich Arthrose entwickelt und die Gelenke zum chronischen Dauerproblem werden. Rückenschmerzen und Gelenkproblemen beugt man besten mit regelmäßiger Bewegung vor, und wer sorgt für ausreichend Sport? Der Hund natürlich! Er treibt Sie zu regelmäßigem Sport und sorgt so für Gesundheit und beugt Knochenproblemen vor.

## **15. Lernt Ihr Kind schlecht oder liest nicht gern?**

Hunde sind wahre Motivationskünstler; das weiß man nicht erst, seitdem sie Senioren im Altenheim erfreuen. Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass Vierbeiner unsere Kleinen dazu ermuntern, besser zu lernen, zu lesen und zu rechnen. Das ist so ähnlich, als ob man mit einem behinderten Kind eine Delfin-Therapie macht oder so genanntes therapeutisches Reiten. Tiere ermuntern, weil Kinder gerne mal das Fell streicheln wollen. Hunde sehen ja so süß aus. Ist ein Hund in der Nähe, lernen die Kleinen viel bereitwilliger; sie konzentrieren sich aufs Lesen und sprechen flüssiger, rechnen Zahlen exakter zusammen. In Versuchsreihen hat man die Ergebnisse mit Hund und ohne Hund bewertet. Erstaunliche Resultate belegen, dass mit Hund mehr bei rauskommt. Haben Sie also ein Problem mit Ihrem Kind, das keine Lust am Lernen hat, dann muss ein Vierbeiner in die Familie. Lassen Sie Ihre Kleinen doch mal vorlesen, wenn Wuffi daneben auf dem Boden liegt und schnurrt. Sagen Sie Ihrem Kund, dass es dem lieben Vierbeiner mal etwas vorlesen soll, der sich doch so langweilt. Und wenn mal wieder die Lust an den Hausaufgaben fehlt, dann muss das liebe Tier in die Nähe. So motiviert man den Nachwuchs und löst das Problem mit der Lernblockade.

## **16. Sind Sie verantwortungslos?**

Haben Sie ein Problem damit, verantwortlich zu handeln? Sie übernehmen für nichts eine eigene Verantwortung, sondern schieben alles immer anderen zu? Dann wird es aber Zeit, dass Sie endlich Ihr Leben in die eigenen Hände nehmen. Tragen Sie Verantwortung – zum Beispiel für einen Hund. Nicht umsonst ist ein kleiner Vierbeiner, wenn Kinder ihn sich wünschen, ein Paradebeispiel dafür, wie man langsam an ein verantwortliches Handeln herangeführt wird. Wer sich einen Hund wünscht, muss für ihn sorgen, ihn pflegen, mit ihm regelmäßig rausgehen und bei Krankheit einen Tierarzt aufsuchen. Vor allem muss man Gefahren von dem Tier fernhalten, weil ein Hund einfach auf die Straße rennt, wenn er auf der anderen Seite einen Artgenossen sieht. Sie müssen ihn erziehen, konsequent sein, ihm nur das Futter geben, das ihm zusteht und nicht ständig mit Essensresten vom Tisch füttern. Sie sind schließlich auch verantwortlich für die Gesundheit Ihres Vierbeiners. Natürlich gibt es auch Psychologen-Meinungen darüber, dass es auch ein Leben ohne Verantwortung geben kann. Ob das allerdings in der Konsequenz immer gut geht, ist höchst zweifelhaft. Warum sollte man also nicht Verantwortung lernen – mit Hund natürlich? Es ist nie zu spät, Dinge zum Positiven hin zu verändern. Und schließlich bringt ein verantwortungsloses Leben doch immer Probleme. Ein kluger Ratschlag ist „Stay away from problems!“ – denn sie verursachen nur Stress. Wollen Sie also angenehmer leben, ohne ständige Auseinandersetzung mit Problemen, dann fangen Sie endlich an, Verantwortung für sich und Hund zu übernehmen. Das ist der erste Weg zur Besserung. Sie werden sehen: Sie leben

angenehmer und länger.

## **17. Geben Sie zu viel Geld aus?**

Sie haben Langeweile und Ihr täglicher Spaziergang führt Sie in den Supermarkt. Dort kaufen Sie aus lauter Frust Dinge, die Sie gar nicht brauchen. Das ist für Sie so wie wenn ein attraktiver Mann ein Date mit seiner Traumfrau hat. Sie sind weder attraktiv, noch haben Sie eine Traumfrau – ergo gehen Sie ins Kaufhaus und gönnen sich etwas. Es soll Ihnen ja auch gut gehen. Am Ende des Monats ist das Konto überzogen und Sie haben neben Übergewicht und unnützem Zeug ein weiteres Problem. Sie geben nämlich Geld aus, das Sie eigentlich gar nicht haben. Sie leben über Ihre Verhältnisse, aber im Moment des Kaufs tut es Ihnen erst mal gut. Viele Menschen fallen in diesen Teufelskreis, und je mehr Langeweile sie haben, umso eher führt sie der weg automatisch ins Geschäft. Mit Hund wäre ihnen das nicht passiert, denn der raubt Ihnen ganz einfach die Zeit, unnütz Geld auszugeben. Mit Vierbeiner werden Sie anders gefordert, haben allenfalls noch Zeit, schnell das Notwendigste einzukaufen, weil Hasso vor dem Supermarkt bellt. Sie sind gerade mal in der Lage, die Dinge des täglichen Bedarfs zu organisieren. Dann heißt es aber: Schnell, schnell, bevor der Hund wieder anschlägt. Sehen Sie, was mit Hund passiert? Sie haben einfach keine Zeit mehr, Ihr Geld zu verplempern. Das Finanz-Problem löst sich von selbst. Der Hund ist Ihr Gewinn; Sie sparen Geld und können sich vielleicht einen lang gehegten Wunsch erfüllen.

## **18. Haben Sie Langeweile?**

Viele Menschen wissen nichts mit sich anzufangen. Ihnen fehlen die Aufgaben oder Hobbies. Sie können sich selbst nicht beschäftigen, hängen deshalb vor dem Fernseher ab, spielen mit dem Computer oder hören Musik. Sie lassen sich passiv berieseln, anstatt aktiv etwas zu unternehmen: Schwimmen gehen, Fahrrad fahren, im Wald spazieren gehen, ein Vogelhäuschen basteln, Stricken oder Häkeln, andere Menschen treffen, Skat oder Schach spielen und dergleichen mehr. Sie haben keine Ideen und Motivation. Dabei gäbe es so viele Möglichkeiten, die auch ihre Stimmung aufhellen könnte. Zum Beispiel mit einem Hund zu spielen, durch den Wald zu rennen. Ein Vierbeiner ist das beste Mittel gegen Langeweile – neben Beschäftigung. Aber der Hund ist ja auch irgendwie Beschäftigung. Wer sich dann noch etwas einfallen lässt, wie man einen Vierbeiner trainiert, mit ihm Intelligenzspielchen organisiert, der hat genug zu tun. Da kommt keine Langeweile mehr auf. Ein ganz einfaches Beispiel, das auch Frauchen erfreut: Nehmen Sie fünf Plastikbecher; stellen Sie die mit der Öffnung auf den Boden; jetzt halten Sie ein Stück Wurst Ihrem lieben Bello unter die Nase; ja, er schnappt danach, doch Sie stecken die Wurst unter einen Becher; nun schieben Sie die Becher wie beim Hütchenspiel hin und her und lassen danach Bello „arbeiten“ – das macht Ihnen Spaß wie auch Bello, der am Ende seine Wurst findet und verschlingt. Dann will er nämlich weiterspielen, und Sie sind voll beschäftigt. Wo bleibt da die Langeweile? Weg!

## **19. Suchen Sie neue Freunde?**

Ihr Bekanntenkreis ist wirklich nicht groß. Es könnten schon ein paar mehr Leute sein. Aber mit neuen Kontakten ist so eine Sache. Es fällt Ihnen schwer, Ihren Freundeskreis zu erweitern – wie auch? In der letzten Zeit sind Bekannte oder Familienangehörige gestorben, schwer krank geworden oder haben sich aus welchen Gründen auch immer von Ihnen verabschiedet. Ihr soziales Netzwerk wird bedenklich großmaschig. Da fängt Sie im Zweifelsfall nicht mehr viel auf. Kollegen sind auf Sie auch nicht gut zu sprechen. Jetzt sollten Sie aber schnell die Reißleine ziehen, bevor Sie sich ganz in Ihre Wohnung zurückziehen. Doch was tun? – Richtig! Schaffen Sie sich einen Hund an und gehen Sie endlich raus, in die Innenstadt, Fußgängerzone, in den Park, auf die Hundewiese, in den Wald. Was meinen Sie, wie schnell Sie neue Freunde finden? Mit Hund hat man viel Gesprächsstoff, und der Hund ist ein Verkuppler. Wichtig dabei ist: Treffen Sie solche Menschen, die auch einen Hund haben. Denn da müssen Sie zwangsläufig stoppen und zum Small Talk ansetzen, denn die Hunde beschnuppern sich; da können Sie nicht einfach weitergehen. Sie kennen doch die Kraft Ihres Tieres, das hält Sie automatisch davon ab. So verhilft Ihnen der Hund zu neuen Freunden – und das Problem wäre gelöst. Sie können Ihren Freundeskreis ausbauen und sich die aussuchen, die Ihnen sympathisch erscheinen.

## **20. Keine Abwechslung im Leben?**

Ihrem Leben mangelt es an Abwechslung, das ist Ihr Problem. Sie wissen nichts mit sich anzufangen; Ihnen fällt nichts mehr

ein. Aufregendes erleben Sie schon lange nicht mehr. So langsam verlieren Sie gar die Lust am Leben. Selbst wenn Sie jetzt noch jemand einlädt, winken Sie ab. Merken Sie eigentlich, wie Sie selbst es sind, der keine Abwechslung mehr zulässt? Jetzt wird es aber Zeit, sich einen Hund anzuschaffen. Denn mit Vierbeiner wissen Sie heute nicht, was morgen passiert. Da ist Leben in der Bude: jeden Tag neues und anderes. Tiere sorgen immer für Abwechslung. Denn sie sind spontan. Wüssten Sie nämlich ganz genau, was täglich passiert, wäre es ja schon wieder langweilig. Hunde verändern Ihr Leben nachhaltig: Ob Bello Sie nur zum Gassigehen auffordert oder Ihnen den Ball zum Spielen vor die Füße legt, Sie müssen etwas unternehmen. Hand aufs Herz: Welches Herrchen-Herz wird nicht weich, wenn der Dackelblick Sie fordert? Auch der Hund hat bestimmte Gewohnheiten, Sie dürfen aber sicher sein, dass täglich immer etwas anders ist. Nicht umsonst soll man ja auch mit seinen Vierbeinern immer andere Laufstrecken wählen, damit die Tiere Abwechslung bekommen und andere Gerüche aufnehmen. Stellen Sie sich einmal vor, Sie würden jeden Tag Erbsensuppe essen oder einen Rinderbraten.

Nach einer Woche rühren Sie das nicht mehr an, weil Sie Abwechslung auf Ihrem Teller brauchen. Genauso ist das mit unseren lieben Verbeinern. Bekommt der Hund jeden Tag dasselbe Trockenfutter, wird er gelangweilt zum Napf trotten. Kochen Sie ihm aber mal selbst etwas, kann er es kaum erwarten, die Abwechslung im Futter in sich hineinzuschlingen. Wir brauchen ganz einfach Abwechslung in allen Bereichen – ja, auch im Klopapier, in der Zahnpasta oder

im Haarshampoo. Abwechslung bringt Spannung ins Leben: Man freut sich wie ein kleines Kind auf das Ungewisse, die Überraschung. Der Hund als Abwechslung bedeutet Garantie: Da passiert immer etwas. Sie könnten sich zur Abwechslung auch ein Auto anschaffen; doch da passiert nichts automatisch. Und noch eins: Der Hund braucht auch Abwechslung in seinem täglichen Spaziergang, er muss nämlich auch mal andere Gerüche spüren.

## **21. Wollen Sie gesünder leben?**

Längere Zeit schon plagen Sie kleine Beschwerden. Ihre Füße ächzen unter dem Gewicht Ihres Rettungsrings um die Hüften; die Knie streiken; das Kreuz wird zum Kreuz. Ihnen ist schon klar, dass Sie ungesund leben. Auf die Waage trauen Sie sich schon lange nicht mehr. Der Arzt hat beim Routine-Check festgestellt, dass Ihre Fettwerte im Blut aus dem Ruder laufen, und Ihr Blutdruck ist auch nicht in Ordnung. Bei Ihnen beginnt so langsam auch der Zucker zum Problem zu werden. Sie leben einfach ungesund und denken jetzt darüber nach, was Sie ändern müssen. Da fällt Ihnen der Nachbar ein, der jeden Morgen mit seinem Dackel joggen geht. Beide sind fit und gesund. Das ist es: Sie brauchen einen Hund, der Sie regelmäßig fordert. Sie brauchen nämlich einen „Antreiber“, und das wird Wuffi zwangsläufig, wenn er allein drei- oder viermal am Tag Gassi gehen muss. Bei Regen oder Sturm können Sie nicht einfach sagen: „Du Kleiner, heute mal nicht, bitte!“ Der wird Sie so lange drangsalieren, bis Sie freiwillig gehen und sich selbst bewegen und so etwas für Ihre Gesundheit tun. Es ist im Übrigen wissenschaftlich bewiesen, dass Sie mit Hund gesünder leben.

In langjährigen Studienreihen der britischen Stanford University hat man Testgruppen mit Hund und ohne beobachtet: In der Regel hatten die Teilnehmer mit Vierbeiner weniger Krankheiten als die ohne, wo häufiger Diabetes, Bluthochdruck oder Herz-Rhythmus-Störungen vorkamen; und die mit Hund lebten erwiesenermaßen länger – bis zu 22 Prozent! Wollen Sie also etwas mehr vom Leben haben, dann nur mit Tier. Hunde leben aber nur zwölf bis fünfzehn Jahre – denken Sie nicht schon an Morgen, sondern leben Sie den Moment.

Viele Menschen denken auch über die zahlreichen Einschränkungen nach, die sie mit Vierbeiner hinnehmen müssen. Ja, es ist richtig, der Urlaub wird etwas komplizierter, der Einkauf im Supermarkt muss organisiert werden und so weiter. Es ist einfach eine Abwägung zwischen Ihrer Gesundheit bzw. Lebensqualität und das bisschen Einschränkung. Es gibt durchaus Menschen, die sagen, ich lebe lieber kurz und heftig als lang und beschwerlich – auch eine Einstellung, aber gegen die eigene Gesundheit.

## **22. Suchen Sie höhere Lebenserwartung?**

Sie sind nicht der Vertreter von kurz und heftig, denn Sie wollen das Leben so lange wie möglich in vollen Zügen genießen. Sie streben nach höchst möglicher Lebenserwartung. Dafür brauchen Sie aber ein Programm – aus gesunder Ernährung und Bewegung. Sie wissen ja, wie das so mit dem inneren Schweinhund ist. Melden Sie sich im Fitness-Studio an, finden Sie tausend Gründe, diesmal nicht zu trainieren. Das schlechte Wetter, die eigene Müdigkeit und Abgeschlagenheit, Bequemlichkeit, keine Lust und so weiter. Selbst wenn Sie eine beste Freundin oder einen besten Freund haben, die Sie abholen, suchen Sie noch Ausflüchte. Dabei sind ja eigentlich Mitstreiter zuverlässige Leute, die Sie bei der Stange halten. Doch noch zuverlässiger sind Hunde. Die knurren und murren, so lange bis Sie sich anziehen und mit ihnen an die frische Luft gehen. Sie sollten mal einen Hund sehen, wenn Sie zum Mantel oder Anorak greifen: Da wedelt aber so schnell das Schwänzchen, und die werden so unruhig; so schnell kommen Sie gar nicht in Ihre Klamotten. Was passiert hier: Der Hund muss raus, täglich mindestens dreimal – und Sie auch. Sie haben also automatisch mehr Bewegung, kommen an die frische Luft; Ihr Immunsystem wird gestärkt, Ihr Kreislauf kommt in Bewegung und Sie sind vor Krankheiten besser geschützt. Unterm Strich bedeutet das eine höhere Lebenserwartung. Sie sind fitter und attraktiver, haben mehr Kontakte und Ihre Stimmung ist super.

## **23. Wollen Sie mehr Freude im Leben?**

Hunde sind echte Motivationskünstler und witzig obendrein.

Bestimmte Rassen sind so lustig, dass ihre Anwesenheit automatisch das Leben erfreut. Nehmen Sie nur mal Terrier oder speziell Jack Russel-Hunde, die sich auch als Zirkushunde einen Namen gemacht haben. Sie sind so intelligent, dass man ihnen witzige Kunststückchen antrainieren kann. Hunde lecken uns vor Freude ab, springen uns an. Wie herrlich ist es, ein zufriedenes Tier zu spüren, das ganz entspannt auf unserem Schoß liegt und uns voll vertraut. Haben Sie etwas schon einmal von einem Menschen bekommen? Tiere geben uns weitaus mehr als selbst Partner uns jemals ermöglichen können. Mit Hund kommt Freude auf, und das den ganzen Tag. Wollen Sie mehr davon, dann führt kein Weg am Vierbeiner vorbei. Bei einem lieben Menschen können Sie sich nie Freude einkaufen, bei einem Hund aber immer. Denn sie sind von Natur aus freundlich, dem Menschen dankbar. Wenn Hunde eine Bezugsperson haben, Ihr Herrchen, dann ist es wie ein Leib und eine Seele. Man versteht sich blind; selbst wenn Sie mal traurig sind, hilft Ihnen Rex darüber hinweg. Er versteht Sie und Ihren Kummer, fühlt, dass etwas nicht stimmt. Wie ein verständnisvoller Mensch sagt er Ihnen in seiner eigenen Sprache: „Ich bin jetzt bei Dir und fühle mit; mach Dir keine Sorgen, Du hast doch mich!“

## **24. Suchen Sie Aufgaben, Selbstbestätigung?**

Ein Hund gibt Ihnen positives Feedback. Haben Sie Ihre Sache gut gemacht? Wenn nicht, zeigt ´s Ihnen Ihr Vierbeiner; aber auch im umgekehrten Fall bestätigt er ihnen mit dankbaren Gesten, was er von Ihnen hält. Kein Mensch zeigt so deutlich, dass er mit einer Leistung, einem Handeln so zufrieden ist. Nicht umsonst sagt man, Kinder und Tiere sind die ehrlichsten Zeitgenossen. Sie tun einem spontan ihre Meinung kund und lügen nicht. Tiere müssen uns auch nichts vormachen und besser erscheinen, als sie sind. Menschen hingegen können solche Schauspieler sein. Da trägt dann der Schein, nicht aber bei Hasso oder Kira. Insbesondere Menschen nach einem erfüllten Berufsleben suchen neue Aufgaben. Oft fallen sie aus einem sehr aktiven Leben in ein tiefes Loch. Oder nehmen Sie Menschen, die plötzlich arbeitslos werden, einen Unfall hatten und gar nicht mehr arbeiten können. Manager mit hoher Verantwortung – ja, was machen die nach der Pensionierung? Sie übernehmen am besten gleich eine neue Aufgabe, nämlich einen Hund. Sie sind verantwortlich für das Tier, kümmern sich um dessen Erziehung und Fitness-Training, unternehmen viele gemeinsame Touren. Auch die Gesundheit und Ernährung stehen auf dem Programm. Zugegeben, es sind völlig andere Aufgaben, aber wenigstens Beschäftigung und Verantwortung. Gerade solche Menschen, die in wichtigen Positionen beschäftigt waren, leben vom Feedback, von der Bestätigung, dass sie ihren Job gut machen. Natürlich gibt es auch solche Typen, die sich etwas vormachen, klassischer Fall: Der Arbeitslose packt weiterhin jeden Morgen seine Tasche, geht wie immer für den äußeren Schein zu seiner Arbeitsstelle und kommt nach Arbeitsende erst wieder nach

Hause. Alle Welt glaubt an Business as usual, doch da ist was faul im Staate Dänemark. Machen Sie sich also nicht selbst etwas vor, sondern suchen Sie sich eine echte, tatsächliche Herausforderung, eine wirkliche Aufgabe. Holen Sie sich aktiv die neue Aufgabe und schaffen sich den Hund an, der zu Ihnen passt. Am besten gehen Sie zu einem anerkannten Züchter und entscheiden sich für einen Welpen, den Sie noch erziehen können, dem Sie etwas beibringen, den Sie trainieren. Dann verewigen Sie in dem Hund ein Stück von Ihnen.

## **25. Brauchen Sie Hilfe, Schutz, Sicherheit?**

Ist bei Ihnen schon einmal eingebrochen worden? Wenn ja, dann wissen Sie, worüber wir jetzt reden. Sie haben Angst – allein die Vorstellung, dass Fremde in Ihren ganz intimen Dingen und Privatsachen gewühlt haben, lässt Ihre Nackenhaare hochstehen. Sie leben jetzt immer mit der Vorstellung und vor allem im Traum, dass jemand in Ihr Schlafzimmer kommt oder in Schränken nach Wertsachen wühlt. Die Römer hatten dagegen früher eine einfache Methode: Sie schafften sich Enten und Gänse an, die bei jedem kleinsten Laut losschnattern. Das war ihre Alarmanlage. Heutzutage haben wir dafür unsere lieben Vierbeiner. Beobachten Sie mal einen Hund, der neu ins Haus oder aufs Grundstück kommt. Er braucht erst mal seine Zeit, das Revier abzugehen; dann setzt er mit seinem Urin Duftmarken. Das ist jetzt seins, was es streng zu bewachen und zu verteidigen gilt. Wer Angst hat, allein im Haus zu sein, der braucht Hilfe – und die bekommt er mit Hund. Es gibt regelrechte Wachhunde wie Rottweiler oder Dobermann;

denen begegnen Sie besser nicht im Dunkeln allein. Sie verteidigen ihr Reich gegen jedermann; wer ihnen fremd ist, sollte vorsichtig sein. Allein nur am Zaun zu stehen, kann sie zur Weißglut treiben, und man ahnt nie, was alles passieren kann. Hunde schützen Sie also und geben Ihnen Sicherheit. Das ist ein beruhigendes Gefühl. Aber auch Schoßhunde schlagen an und geben Laut, wenn Fremde sich Ihnen nähern. Dieses akustische Signal reicht aus, um Sie vorzuwarnen. Das unterscheidet auch Hunde von Katzen, die als Beschützer und Aufpasser ungeeignet sind. Einem Hund können Sie auch beibringen, Ihnen die Zeitung zu bringen oder Ihre Schlappen zu holen, Hilfe her zu bellen oder vor Wohnungsbrand und tödlichem Qualm zu warnen. Vierbeiner sind so gelehrig, dass Sie ihnen jede Menge antrainieren können.

## **26. Haben Sie Probleme am Arbeitsplatz?**

Neben Beziehungs- und Gesundheitsproblemen sind Schwierigkeiten am Arbeitsplatz eine der häufigsten Ursachen dafür, dass es einem schlecht geht. Wir quälen uns mit merkwürdigen Zeitgenossen herum, werden vielleicht sogar noch gemobbt; der Chef blockiert schon lange den Aufstieg. Was soll man da noch machen? Richtig! Ein Hund bringt Bewegung in die verfahrenere Situation. Wie Sie das anstellen sollen? Ganz einfach: Sie haben drei Wochen lang Urlaub und schaffen sich einen niedlichen Hundewelpen an. Während des Urlaubs besuchen Sie mal das Büro – mit Welpen natürlich. Was meinen Sie, welche positive Stimmung Ihnen plötzlich entgegenkommt. Hundewelpen wie auch kleine Kätzchen oder auch Babys sind Wellenbrecher, Herzensbrecher. Sie tauen jede verfahrenere Situation auf. Plötzlich sind Sie in den Augen

Ihrer Kollegen nicht mehr der Stinkstiefel, sondern der Nette mit dem Hund. Auf jeden Fall werden sich Ihre Kollegen an den süßen Welpen erinnern und Sie danach fragen; vielleicht überreden Ihre Kollegen auch den Chef, dass Sie den Kleinen mit ins Büro bringen dürfen, denn er hebt deutlich die Stimmung im Betrieb und verbessert so auch das Arbeitsergebnis enorm. Was will Ihr Vorgesetzter also mehr, dass seine Abteilung besser wird und er nach oben damit glänzen kann. Ob das nun mit Hund oder ohne möglich war, interessiert doch am Ende niemanden mehr. Sie haben jedenfalls das Problem mit den Kollegen gelöst. Hunde sind Herzensbrecher und eben Problemlöser.

## **27. Klappt´s in der Beziehung nicht mehr so?**

Es muss ja gar nicht mal das verflixte siebte Jahr in Ihrer Ehe anstehen. Auch sonst kehrt schnell Einheitsbrei ein. Die Schmetterlinge im Bauch sind längst weggeflogen. Im Sex läuft alles nach Schema F: Nichts Prickelndes mehr. Ja, hat man da noch Lust? Wohl kaum! Sex wird zur Last; man erfindet immer häufiger Ausreden – die berühmte Migräne stellt sich ein. Dazu kommen Eifersüchteleien: Geht er/sie vielleicht fremd? Man wird misstrauisch, Taschen werden durchsucht – bis man das Haar in der Suppe findet. Immer häufiger streitet man, bis die Explosion kommt: „Du, Schatz, es geht so nicht mehr weiter, ich ziehe aus!“ Lassen Sie es erst gar nicht so weit kommen. Ziehen Sie vorher die Reißleine und geben Sie Ihrer Beziehung noch eine Chance – mit Hund! Der schweißt Sie wieder zusammen. Hunde sind Sympathieträger. So blöd es jetzt klingen mag, aber schaffen Sie sich einen niedlichen Hund an und sorgen Sie gemeinsam

für das liebe Tier. Sie sind nicht auf den Hund gekommen – keineswegs, aber Sie sind darauf gekommen, dass ein Hund auch Ihre Beziehung wieder auffrischt. Ist das nicht genial? Sie finden ein neues gemeinsames Interessengebiet und über den Hund wieder zu sich selbst. Der Hund versöhnt Sie wieder.

## **28. Mit Erziehung Ihrer Kinder überfordert?**

Sind Sie etwa mit der Erziehung Ihres Nachwuchses überfordert? Kommen Sie mit Schreibaby und pubertierender Jugend nicht mehr klar? Die Lieben wissen manchmal selbst nicht, ob sie Junge oder Mädchen, Fisch oder Fleisch sind. Das Geschrei nervt; Sie sind die täglichen Auseinandersetzungen leid. Ich habe einmal ein Elternpaar rein zufällig den Ausweg gezeigt – und war selbst verblüfft. Hinter mir trottete ein junges Paar mit Kleinkind – Tobsuchtsanfall – keine Beruhigung, das Kind schmiss sich auf den Bürgersteig und blieb liegen. Ich lief gerade vor ihnen mit meiner Jack Russel-Hündin Kira an der Leine. Blitzschnell schoss es mir durch den Kopf: Ja, das musste die Lösung sein. Ich gab dem Schreihals die Hundeleine in die Hand, und Kira zog natürlich, wollte weiter. Mit einem Mal war Ruhe im Karton. Selbst die Eltern waren sprachlos. Gerade noch getobt, jetzt das liebste Kind der Welt, freudig stolzierend mit Kira an der Leine. Nun weiß ich nicht, ob sich diese Familie dann selbst einen Hund angeschafft hat; nachdenklich sollten sie jedenfalls über diesen Vorfall gewesen sein. Der liebe Vierbeiner hat aus dem Schreimonster blitzschnell ein zufrieden beschäftigtes Kind gemacht. So kann 's gehen. Der Hund als Therapeut – einfach genial. Das klappt nicht immer, ist aber einen Versuch wert.

Und wenn man sich nur mal öfter einen Dackel oder Pudel aus dem Tierheim leiht oder übers Wochenende mit nach Hause nimmt. Man kann auch den Dogsitter für den Nachbarn spielen oder Freunde besuchen, die einen Hund haben. Das Tier lenkt den kleinen Haustyrannen ab und auf andere Geschehnisse zu; man weiß ja nicht, was dem Kind fehlt. Manchmal ist einfach die ganze Situation unerträglich oder langweilig. Auch Jugendliche in der Pubertät können so mit Aufgaben betraut werden; man lenkt vom Wachstumsproblem ab und erfüllt vielleicht sogar einen lang gehegten Wunsch. Schon ist der Nachwuchs umgänglicher.

## **29. Haben Sie als Lehrer Probleme?**

Kommen Sie vielleicht mit Ihren Schülern nicht mehr klar? Ist Ihre Autorität in Gefahr? Nehmen Sie die Kinder nicht mehr ernst oder haben sie keinen Respekt vor Ihnen? Manchmal ist der Wurm drin. Schüler können auch grausam sein und sich gegen einen Pauker verschwören. Vielleicht haben Sie keinen guten Start erwischt oder Sie mussten mal richtig durchgreifen. Ihre Schüler bauen eine Front gegen Sie auf. Heute ist das mit Internet natürlich einfacher. Sie finden einfach kein Mittel mehr, Ihren Unterrichtsstoff an die Kinder zu vermitteln. Greifen Sie zu einem einfachen Trick: Nehmen Sie (natürlich nach Absprache mit dem Schulleiter) Ihren Vierbeiner mit in die Klasse. Erst mal ist die Stimmung schlagartig aufgehellt, denn Ihr Tier ist süß und mag die Klasse, gibt es doch viele neue Gerüche und einiges zu schnüffeln. Nehmen Sie noch ein paar Leckerlis mit. Und jetzt kommt der pädagogische Ansatz: Wer im Unterricht mitarbeitet, darf Hasso auch füttern. Ist das nicht eine geniale

Idee? Sie bringen Ihren Stoff durch, die Klasse ist wieder motiviert und der Affront gegen Sie verpufft. So macht man Schüler geschmeidig. Nun gut, nicht jeder Lehrer wird jetzt seinen Dackel mit in die Klasse nehmen.

Aber so mancher Lehrer oder so manche Kindergärtnerin hat schon mal einen nützlichen Tier-Tag eingeführt: Dann durfte jeder sein Haustier mitbringen. Natürlich war das verbunden mit Programm, zum Beispiel in der Art, was das Tier so frisst, die Gewohnheiten von Hamster, Hase oder Wellensittich oder wie man sie pflegt. Das bietet sich für den Biologie-Unterricht an, kann aber auch mal als x-beliebige Stunde eingeschoben werden. Zur Auflockerung des ansonsten mühsamen Schulprogramms sollte man sicher öfter mal daran denken. Das ist keine verlorene Stunde, weil die Motivation danach so groß ist, dass man viel mehr bewältigt und besser lernt. Über den Hund lässt sich Wissen und Lernen leichter transportieren – und man verschafft sich wieder Autorität und Respekt – so nach der Devise: „Mensch, hat der aber einen tollen Hund, das hätte ich ihm gar nicht zugetraut!“

### **30. Wollen Sie eine andere Figur haben?**

Möchten Sie abnehmen und sportlicher werden oder gar eine andere Figur bekommen? Ja, dann wird es Zeit, dass Sie etwas dafür tun. Sie stellen nämlich fest, dass Sie gar nicht mehr so attraktiv sind und Ihnen schon lange niemand mehr hinter pfeift. Das sollte Sie zu denken geben – es sei denn, Sie legen´s gar nicht mehr drauf an. Doch im Grunde genommen ärgert es Sie schon, dass Ihr Nachbar oder Ihre Arbeitskollegin in vergleichbarem Alter immer noch heiß umworben sind. Die werden eingeladen, haben einen großen

Freundeskreis, ständig neue Gesprächspartner – ja, deren Nähe sucht man förmlich, während Sie gemieden werden. Und wirklich gesund sind Sie ja auch nicht. Es zwickt und zwackt, die Puste geht Ihnen nach drei Treppenstufen aus; das ist nun wirklich keine gute Lebensqualität mehr. Ihr Alltag wird beschwerlich, Sie bleiben zu Hause und vereinsamen. Was Sie aber stattdessen brauchen, ist viel Bewegung. So bringen Sie Ihren Körper jetzt in Form und Schwung. Sie wollen doch die Treppenstufen wieder im Doppelpack mit Leichtigkeit rauf und runter hüpfen. Und mal ehrlich: Mit einer muskulösen Figur sehen Sie doch viel besser aus als mit Schwabbelbauch oder Entenpo. Machen Sie sich attraktiv – mit Hund. Wie oben bereits erwähnt treibt Sie der Vierbeiner mindestens dreimal täglich raus an die frische Luft. Nutzen Sie das zum Joggen, Hüpfen oder Fahrradfahren. Nehmen Sie den Hund als Motivator, der Sie antreibt und Ihnen den inneren Schweinehund austreibt. Beschäftigen Sie sich mit Rex; hüpfen Sie zum Beispiel gemeinsam über kleine Hindernisse wie am Boden liegende Baumstämme im Wald. Der Hund ist eine sichere Bank für Training, Sport und Bewegung, dem können Sie nämlich nicht absagen, weil Sie keine Lust haben. Der fordert gnadenlos seinen Gassigang.

### **31. Sind Sie vielleicht depressiv?**

Depressionen sind schlimme Krankheiten. Die Ursachen dafür sind so unterschiedlich: Jobverlust, Mobbing, Tod des Partners oder eines nahen Angehörigen, Phobien vor Spinnen oder Menschenmassen, Einsamkeit und vieles mehr, auch die Wechseljahre einer Frau zum Beispiel. Depressionen können sogar zu Selbstmordversuchen führen. In der Regel braucht

man professionelle Hilfe durch einen Psychotherapeuten oder auch Medikamente (Antidepressiva, die die Stimmung aufhellen). Bei schweren Depressionen ist ein stationärer Aufenthalt in einer Nervenklinik notwendig. Manche Menschen leiden unter einer Manie oder Phobie: Sie können nicht mehr mit einem Aufzug fahren, trauen sich nicht mehr in einen belebten Supermarkt oder haben einen Waschzwang. Die psychiatrische Therapie hat einen starken Ansatz in der Beschäftigung solcher Patienten. Dahinter steht, dass ein Mensch nicht gleichzeitig zwei Dinge auf einmal bewerkstelligen kann. Mit Beschäftigung lenke ich ihn von seinen depressiven oder manischen Gedanken ab. Man übt sich in Seidenmalerei, werkelt mit Holz Vogelhäuschen, tanzt und musiziert – oder beschäftigt sich mit einem Hund. Während Sie mit dem Vierbeiner rumtollen oder ihm etwas beibringen, haben Sie keine Chance, Ihre Depressionen auszuleben.

Das Tier fordert Ihre ganze Aufmerksamkeit auf nur eine Sache. Versuchen Sie mal, gleichzeitig zwei Dinge zu tun, Beispiel: Essen Sie und telefonieren Sie gleichzeitig; oder joggen Sie und reinigen Sie Ihre Fingernägel; oder kullern Sie Ihre Augen im Kreis und drehen dabei Ihre ausgestreckten Arme im Kreis in entgegengesetzte Richtung – also Arme links herum kreisen und Augen rechts herum. Da kommen Sie aber ganz schön ins Schwitzen. Genauso können Sie kein Buch lesen und sich gleichzeitig um Hasso kümmern. Das bedeutet: Wenn Sie den Hund trainieren, haben Sie keine Angst und denken nicht depressiv an Selbstmord. So einfach ist das. Das liebe Tier zaubert Ihr Problem weg – nicht ganz, aber

wenigstens für Stunden. Mit der Zeit finden Sie einen solchen Gefallen an Ihrem süßen Begleiter, dass Ihre Depressionen immer weiter in den Hintergrund gedrängt werden.

### **32. Fürchten Sie sich in der Dunkelheit?**

Haben Sie ein Problem mit der Dunkelheit? Sehen Sie Geister oder Gestalten? Haben Sie Angst, im Dunkeln allein zu sein? Sie brauchen jemanden an Ihrer Seite, der ihnen das Gefühl von Sicherheit gibt. Natürlich können Sie nicht einen 24 Stunden-Wachdienst engagieren. Da ist ein Vierbeiner aber die passende Lösung. Er gibt Ihnen sofort ein Zeichen, wenn sich Unbefugte Ihrem Grundstück oder Ihrer Wohnung nähern. Es gibt Ihnen ein gutes Gefühl, vielleicht Bodo neben Ihrem Bett im Körbchen liegen zu haben. Sie schlafen wieder gut ein, denn Sie verspüren ein Gefühl von Sicherheit. Ihnen kann nichts mehr passieren. Zur Not vertreibt Ihr Hund den Angreifer und schnappt zu. Gerade nachts kommen nämlich Einbrecher im Schutz der Dunkelheit sehr gern. Sie glauben sich dann unerkannt, weil sie nicht so leicht zu erkennen sind. Bei Tageslicht erkennt man den Ganoven und kann eine Beschreibung über ihn abgeben. Das Problem mit der Angst in Dunkelheit löst sich mit Ihrem Hund von allein auf.

### **33. Sind Sie Epileptiker?**

Menschen, die unter Epilepsie leiden, leben besonders gefährlich. Man weiß nie, wann der nächste Anfall kommt und wo man dann gerade ist, sitzt oder steht. Plötzlich verliert man die Kontrolle über seinen Körper, fällt hin und verkrampft total. Nun gibt es kein Messgerät, das rechtzeitig vor solchen

oft folgenschweren Anfällen warnt. Man kann aber Hunden antrainieren, so etwas zu riechen – wie Tiere ja auch Drogen, Geldscheine oder sogar Krebs erschnüffeln können. Es ist ein oft jahrelanges Training nötig, indem man das Blut von Epilepsie-Patienten kurz vor dem Ausbruch eines erneuten Anfalls konserviert und daran Hunde schnuppern lässt. Auch deuten äußere Anzeichen wie eine Verkrampfung darauf hin. Wichtig ist, dass Epileptiker sofort versorgt werden. Nichts ist schlimmer, als dass sie hilflos irgendwo von niemandem wahrgenommen werden. Nicht nur epileptische Anfälle sind ein großes Problem, auch zum Beispiel das so genannte Tourette-Syndrom, bei dem völlig normal wirkende Menschen plötzlich einen Tobsuchtsanfall bekommen und wildfremde Menschen mit unflätigen Beschimpfungen traktieren.

Es kann passieren, dass Tourette-Patienten eine nette Frau plötzlich laut anschreien, was natürlich bei den Betroffenen nicht selten Aggressionen auslöst bis hin zu Abwehr-Attacken, weil die so Titulierten nicht wissen können, dass ein kranker Mensch vor ihnen steht und der für seinen Gefühlsausbruch nichts kann. Hunde sind feinfühlig und erkennen die Gefahr, zerren das ausrastende Herrchen schnell aus der Gefahrenzone.

### **34. Sind Sie gewalttätig und aggressiv?**

Ihr Problem liegt darin, dass Sie vielleicht gewalttätig sind, schnell mal ausrasten oder ein geborener Choleriker sind. Kleinigkeiten treiben Sie gleich auf die Spitze wie ein Männchen das an die Decke geht. Sie leben deshalb gefährlich. Denn Ihre Ausraster kommen nicht bei allen gut

an. Besonders im Straßenverkehr bringt Sie Ihr Verhalten schnell in arge Bedrängnis, wenn Sie etwa Ihren Hintermann ausbremsen oder auf dem Parkplatz drohend auf den vor ihnen abbremsenden Verkehrsteilnehmer zugehen. Schnell können Sie dabei Ihren Führerschein verlieren. Ein Hund neben Ihnen beruhigt Sie.

Er mag es nicht, wenn Herrchen ruppig wird, zieht an der Leine und lenkt Sie so vom Unruheherd weg. Insgesamt machen Tiere ihre Besitzer sanftmütiger. Man will ja quasi mit seinem süßen Vierbeiner angeben, die Aufmerksamkeit auf sich lenken und muss ja auch schon Vorbild sein; Sie wollen sich doch keinen Kampfhund erziehen? Wenn Ihnen also bewusst ist, dass Sie ein Problem mit Ihrer Beherrschung haben, sollten Sie sich schleunigst einen Terrier zulegen. Das sind ganz witzige Hunde, die ständig gefordert werden wollen. Wenn Sie mit dem kleinen Fox stundenlang Stöckchen werfen, hecheln Sie und nicht der Hund, der Sie unmissverständlich auffordert, doch bitteschön jetzt endlich weiter zu machen. Die Rasse ist nicht klein zu kriegen und braucht viel Beschäftigung; da bleibt Ihnen gar keine Zeit mehr, um auszurasen. In solchen Fällen ist der Vierbeiner ein gutes Rezept gegen dieses Problem.

### **35. Nehmen Sie Drogen?**

Hunde können im Allgemeinen wenig ausrichten, wenn sein Halter Drogen nimmt oder Alkoholiker ist. Man sieht sie oft, die Obdachlosen in Fußgängerzonen „Haste mal ´nen Euro?“ – daneben der Hund, der gelangweilt dreinschaut. Er kann sich nicht dagegen wehren, wenn sein Herrchen abhängig ist.

Aber er wird sich melden, wenn er Gassigehen muss. Und dann wird selbst der Junkie mit Bello mal rausgehen oder sich von seinem Platz erheben. Auch hier gilt wie bei depressiven: Die Beschäftigung mit dem Hund hält zumindest sporadisch davon ab, Alkohol zu trinken, sich wieder eine Kippe anzuzünden oder Drogen zu konsumieren. Vielleicht sind die kleinen Erfolge des lieben Vierbeiners auch so entzückend, dass selbst der Süchtige sich daran so erfreut, nicht mehr abhängig zu sein oder seine Sucht wenigstens nicht mehr zum bestimmenden Lebensinhalt zu machen.

Darüber hinaus haben Sie als Hundehalter Verantwortung; wenn Mitarbeiter des Ordnungsamtes sehen, wie verantwortungslos Sie sind, zugehörnt mit Drogen und Alkohol, dann vielleicht noch Ihren Hund auf andere hetzen oder aggressiv von Passanten Geld verlangen, kann es Ihnen leicht passieren, dass die ihnen den Hund wegnehmen, weil als Halter sich als ungeeignet erweisen. Insofern ist das Tier auch Pädagoge – jemand, der Sie in Schach hält und eben nicht tun lässt, was Sie wollen. Mit Hund müssen Sie immer klaren Kopf behalten und auch Vorbild sein. Das ist wie einem kleinen Kind: Wenn Sie sich als Elternteil nicht im Griff haben, schaut sich Ihr Nachwuchs schlechte Manieren von Ihnen ab. So wie Kinder immer auch ein Spiegelbild ihrer Eltern sind, kann man das auch auf die Vierbeiner übertragen: Ist Herrchen hektisch, wird auch Wuffi nervös; rastet der Halter aus, wird auch der Hund bei jeder Gelegenheit kläffen. Nun werden Sie sicher mit Hund nicht gleich clean, aber es könnte ein Weg in die richtige Richtung sein – raus aus Ihrem Abhängigkeits-Problem, versuchen Sie es zumindest mal.

### **36. Brauchen Sie „nur“ einen Zuhörer?**

Was meinen Sie, was bloßes Zuhören ausrichten kann? Ich hatte mal einen Arbeitskollegen, der mittelprächtigt aussah. Bei ihm hätte man jedenfalls nicht vermutet, dass die Frauen auf ihn fliegen. Gut, er war immer modisch gut gekleidet, Anzug, Krawatte, aber ansonsten nicht gerade ein Adonis. Und trotzdem erzählte er nach jedem Wochenende von seinen Liebesabenteuern. Angeblich hätten die Frauen ihn schon nackt im Türrahmen empfangen, habe man sich im Gebüsch vor Gier die Kleider vom Leib gerissen und so weiter. Man kann das als übliches Bürogeschwätz abtun oder als die reinen Wunschvorstellungen eines wenig attraktiven Mannes. Aber wir alle wollten wissen, was dahinter steckt: Wie kann ein Mann seines Formats solchen Erfolg bei Frauen haben? Ganz einfach: Zuhören! Er sagte immer: „Du musst den Frauen geduldig zuhören, dann kriegst Du alles!“ Da muss was dran sein. Manche Menschen sind so einsam, die brauchen einfach nur jemanden, der ihnen zuhört, sie ernst nimmt, sich ihre Geschichten und Probleme anhört.

Hunde können das, und zwar ganz zuverlässig und verschwiegen. Sie posaunen nicht gleich jede Intimität auf den Bürogängen aus oder machen sich gleich lustig über jemanden, der nur quatschen will. Hunde sind ganz liebe, treue Zuhörer, ihnen können Sie alles erzählen und sie geben durch ihre Reaktionen und Laute Antwort: „Ja, ich verstehe Dich; rede nur weiter, ich höre zu. Ich fühle mit Dir!“ Ein Hund legt seinen Kopf auf Ihren Oberschenkel und zeigt damit sein Interesse an Ihrer Geschichte. Problem gelöst, Hund

anschaffen!

### **37. Leben Sie in einer gefährlichen Gegend?**

Sind Sie schon mal überfallen worden oder ist bei Ihnen schon eingebrochen worden? Dann leben Sie sicher in einer gefährlichen Gegend und müssen sich ernsthaft Sorgen um Ihre Sicherheit machen. Wer schon einmal am eigenen Leib erfahren hat, dass ihm eine Pistole an die Schläfe gehalten wurde, hat ein erhöhtes Sicherheitsbedürfnis. Für den ist das Problem real, ob in Träumen oder wiederkehrenden Gedanken sowie dem Trachten nach höchst möglicher Sicherheit. Oft reicht da schon ein Hund, der sofort anschlägt, wenn sich Fremde dem Grundstück oder der Wohnung nähern. Bevor Sie teure Sicherheitstechnik installieren lassen, Kameras aufbauen oder Security einstellen, sollten Sie es erst einmal mit einem Vierbeiner versuchen. Allein die Wirkung ist schon abschreckend genug, wenn ein großer dunkler Hund zu sehen ist und laut kläfft. Es gibt natürlich auch ausgesprochene Wachhunde, die aber oft so scharf sind, dass Sie sich selbst davor fürchten müssten.

Soweit muss man ja nicht gehen, zum Beispiel einen regelrechten Kampfhund wie einen Pitbull zu „engagieren“. Dann hätten Sie wahrscheinlich selbst keine ruhige Minute mehr. Nicht umsonst müssen solche „Kampfmaschinen“ mit Maulkorb an der Leine geführt werden – das ist Stress pur und muss nicht sein. Sie wollen nur einen Hund, der Ihnen Sicherheit gibt und auf Sie aufpasst, dann wäre ja schon Ihr Problem gelöst. Jeder Hund verteidigt gegenüber Fremden mit Bellen sein Revier, unter Umständen auch, indem er Sie anspringt und daran hindert, in sein markiertes Terrain einzudringen. Das liegt natürlich im Instinkt der Hunde. Sie

beschnuppern ja auch erst mal ihren neuen Bereich und stecken ihn dann mit Urin-Marken ab. Das ist gut so, denn damit bekommen Sie eine Sicherheitszone und haben genug Zeit, Hilfe zu rufen, die Polizei zu alarmieren oder sich auf Abwehr vorzubereiten.

### **38. Haben Sie Angst, zu früh zu sterben?**

Menschen leben heute länger als noch vor 20 oder 40 Jahren. Durchschnittlich wird jemand, der heute 30 Jahre alt ist, mal das gesegnete Alter von 94 Jahren erreichen! Im Schnitt werden die Menschen heutzutage 80 und mehr; die Zahl der hundertjährigen hat sich in den letzten Jahrzehnten verdoppelt. Umso mehr besteht der Wunsch, auch länger zu leben und die Zeit auszuschöpfen sowie zu genießen (manche denken auch gleich in EUROS: Ich will doch möglichst viel von meiner Rente haben und sie lange genießen!). Nachdenklich stimmt uns nur, wenn ein Nachbar mit 60 durch einen Herzinfarkt plötzlich tot umfällt. Gerade in solchen Situationen wünscht man sich nichts sehnlicher, als selbst sehr alt zu werden. Dazu fehlen einem zwei Dinge: ein Aufpasser und ein Fitnesstrainer. Beides könnte ein Hund erfüllen. Denn er passt auf uns auf, wenn wir plötzlich umkippen sollten. Doch das passiert uns ja nicht so schnell, wenn wir ständig mit dem Vierbeiner an die frische Luft müssen und dabei auch unseren Kreislauf stärken und fit bleiben.

Sie brauchen also keine Angst mehr zu haben, dass Sie vielleicht zu früh sterben. „Angst frisst Seele auf“ – den Spruch kennen Sie doch; er bedeutet nichts anderes als dass Ihre Lebensqualität massiv darunter leidet, wenn Sie ständig

in Angst leben. Der Hund nimmt Ihnen diese Angst und sorgt so nebenbei für ein längeres Leben.

### **39. Haben Sie zu viel Stress?**

Wo Sie auch hinschauen, baut sich für Sie eine große Front auf: Stress überall – im Büro, mit den Nachbarn, in der Beziehung. Haben Sie sich schon mal gefragt, ob Sie nicht selbst daran schuld sind? Es sollte einen schon nachdenklich stimmen, wenn sich gleich an drei Baustellen auf einmal Fronten bilden. Stellen Sie Ihr eigenes Verhalten mal kritisch auf den Prüfstand. Warum ecken Sie an? Sind Sie vielleicht unzufrieden, weil Sie zu wenig verdienen und sich das Traumauto nicht leisten können? Sie haben ein chronisches Leiden und können nicht überall so mitmachen wie Ihre Arbeitskollegen.

Sie stehen irgendwie am Rand der Gesellschaft, und das schlägt sich auch auf Ihre Stimmung nieder.

Rex oder Kira würden Ihnen da schon die Flötentöne beibringen, denn die beiden bescheren Ihnen auch Stress, aber positiven. Kennen Sie das vielleicht? Sie haben echt viel um die Ohren; im Büro arbeiten Sie an einer Präsentation, um die Zustimmung Ihres Chefs für ein neues Projekt zu erreichen. Nach einer Nachtschicht sind Sie echt geschafft und müssen am nächsten Morgen fit sein, denn davon hängt alles ab. Sie sind echt gestresst, bekommen aber den Zuschlag. Alle Mühe der letzten Wochen Monate hat sich gelohnt, Sie haben Ihr Ziel erreicht und gewinnen an Ansehen. Die Strapazen sind wie weggeblasen, Ihr Stress war positiv und Sie sind ein rundum glücklicher Mensch. Sie lassen sich von

Ihrer Familie erweichen, den süßen Labrador-Welpen in die Familie aufzunehmen. Das kostet zwar zusätzliche Arbeit und Stress, aber dieses niedliche Wollknäuel gibt Ihnen so viel Angenehmes zurück, dass Sie es gerne machen. Positive Gefühle tun nämlich Ihrer Seele gut. Sie können jetzt auch ganz anders im Kollegenkreis auftreten und sind gut drauf. Trotz Stress sind Sie plötzlich umgänglicher, ein angenehmer Zeitgenosse.

Das ist so, als wenn Sie ein Baby bekämen – auch erst mal viel Stress, aber schauen Sie mal in die strahlenden Kinderaugen, dann ist alles verflogen und Sie zerfließen wie warme Butter. Ja, Sie werden buchstäblich butterweich. So kann es Ihnen auch beim Stress mit den Nachbarn ergehen. Im Idealfall hat der nämlich auch einen Hund, und die bringen Sie schon zusammen. Aus jahrelangem Streit wird dann plötzlich gute Nachbarschaft – der Hund als Friedensstifter, und schon sind Sie wieder ein Problem mehr los. Auch Stress in der Beziehung kann durch „Hundi“ entkrampft werden, aber Vorsicht: Der Vierbeiner darf nicht mit ins Ehebett und Eifersucht ist zu vermeiden. So mancher Dackel ist schon ins elterliche Bett gehüpft und massiv dazwischen gegangen, wenn der Sex zu heftig wurde. Hunde haben dann schnell das Gefühl, dass Frauchen Schmerzen zugefügt werden. Also lassen Sie das liebe Tier beim Sex draußen vor der Tür, um nicht an anderer Stelle neuen Stress aufzubauen.

## **40. Wollen Sie leistungsfähiger werden?**

Viele Menschen haben schnell das Ende ihres beruflichen Aufstiegs erreicht – mehr geht da nicht. Wenn sie dann die Perspektive haben, in den nächsten 20 oder 30 Jahren immer das Gleiche tun zu müssen, ohne neue Aufgaben zu bekommen oder die Karriereleiter weiter hoch zu krabbeln, kann das zu einer lähmenden Routine werden. Vielleicht sprudeln Sie auch vor Ideen und wollen Ihrem Chef beweisen, dass Sie sich Gedanken machen.

Dankbar sind solche Arbeitnehmer, denen man dann noch einmal die Chance gibt, etwas ganz anderes zu arbeiten und quasi noch mal von vorne anzufangen, raus aus der Routine – hinein ins Abenteuer. „Ich bin dankbar dafür, dass ich diese Chance bekommen habe!“ Was meinen Sie, wie Sie leistungsmäßig noch einmal mit 40 oder 50 Jahren aufdrehen können. Wem verdanken Sie das? Richtig! Ihrem Hund zu Hause, der hat Ihnen nämlich Biss beigebracht und nie aufgegeben, sondern Sie immer wieder gefordert, noch einen Ball zu werfen, ein Stöckchen aufzuheben. Sie haben nämlich einen Jack Russell-Terrier; das sind Jagdhunde, deren Züchtungsursprung aus England stammt, wo sie auf der Jagd in jeden Fuchsbau krochen und den Kampf aufnahmen. Terrier sind nicht klein zu kriegen.

Während Sie vom Ballwerfen schon einen lahmen Arm haben, sitzt er hechelnd vor Ihnen und sagt: „Na und, geht´s nicht weiter?“ Sie brauchen einen langen Atem, Ausdauer und Hartnäckigkeit, sonst bleiben Sie immer dort stehen, wo Sie bereits in jungen Jahren die Leiter erklommen haben. Wer

keinen Ehrgeiz – auch mit Hund – entwickelt, hat aufgehört, mehr zu schaffen als andere, leistungsfähiger zu sein.

#### **41. Schutz vor Allergien und Krebs?**

Es gibt mittlerweile Hunde, die riechen können, wenn Frauchen Krebs hat. Sie geben bestimmte Zeichen, wie sie es gelernt haben und treiben so ihre Besitzerin zum Arzt. Frühe Vorsorge kann lebensrettend sein. Insofern ist der nützliche Vierbeiner Lebensretter. Wenn Darmkrebs rechtzeitig behandelt wird, ist er heilbar, so auch Brustkrebs und andere Arten. Auch Allergien können manche Hunde riechen und so davor warnen, zum Beispiel in den Wald zu gehen und Birkenpollen einzuatmen. Es gibt Patienten, die dadurch sogar einen Asthma-Anfall bekommen. Wenn dann niemand in der Nähe ist, können sie ersticken, ohne dass ihnen jemand hilft. Mit Hund würde Ihnen das nicht passieren – der ist nämlich Ihre Rettung.

Es ist erstaunlich, was man alles Hunden antrainieren kann. Allerdings hat es auch einen Nachteil, wie sich am Beispiel Drogen zeigt: Drogenhunde werden mit der Zeit süchtig und sind dann für diesen Einsatz nicht mehr geeignet. Man gibt ihnen immer, wenn sie danach suchen sollen, eine kleine Probe, um die Spur aufzunehmen und die großen Mengen zu finden. So ist es leider auch bei den Krebs-Hunden: Mit der Zeit verlieren sie ihre Sensibilität. Aber so ein Vierbeiner könnte beispielsweise teure Untersuchungen ersparen, jedenfalls löst er das Problem seines Herrchens – die Angst vor dem Krebs. Menschen leiden ja mitunter ein Leben lang unter der panischen Angst, eine tödliche Krankheit zu erleiden

oder schon zu haben. So genannte Hypochonder (das sind Menschen, die ständig Krankheiten wittern, wo keine sind) könnten also mit Hund den Arzt fast vergessen und viel geschmeidiger leben.

## **42. Haben Sie ein metabolisches Syndrom?**

Eine Krankheit kommt selten allein. In unserer Wohlstandsgesellschaft fängt es meist mit dem guten Essen und der geringen Bewegung an: Wir bekommen schnell Übergewicht, haben zu viele Pfunde auf den Rippen – Konsequenz: Zu viel Fett im Blut, Gefahr von Gefäßverengungen durch Kalkablagerungen, Bluthochdruck, Fettleibigkeit, Diabetes Mellitus bis hin zu kaputten Kniegelenken, Bandscheibenvorfällen und in Folge der Zuckerkrankheit geschädigte Augen und Nieren, Kribbeln in den Füßen und so weiter. Das ist ein klassisches metabolisches Syndrom, ein gefährlicher Kreislauf, der die Lebenserwartung gleich um ein Vielfaches reduziert. Bevor es allerdings so weit kommt, sollten Sie die Reißleine ziehen, heißt konkret: Wiegen Sie sich regelmäßig; wenn´s zu viel wird Richtung Adipositas gehen Sie entweder ins Fitnessstudio oder schaffen sich einen Hund an. Besser geeignet ist ein Vierbeiner, weil Sie mit dem Hund täglich dreimal an die frische Luft müssen – der lässt keine faulen Ausreden zu, sonst macht er Ihnen ins Wohnzimmer. Sie müssen bei Wind und Wetter vor die Tür. So sorgt Hasso für ausreichende Bewegung, bringt Ihren Kreislauf in Gang und hält Sie fern von Zivilisationskrankheiten.

### **43. Stottern Sie vielleicht?**

Der ideale Sparringspartner für einen stotternden Menschen ist sein Hund. Der lacht ihn nicht aus, wenn mal wieder seine Worte nur bruchstückhaft über die Lippen kommen. Im Gegenteil: Der Vierbeiner hört aufmerksam zu. So gibt er seinem Herrchen Sicherheit beim täglichen Üben. Was sollte ein Stotterer sonst machen? Viele sind doch so gehemmt, dass sie sich kaum noch unter Leute trauen; sprechen wollen sie da schon mal gar nicht. Mit so einem Sprachfehler ist man ganz schön einsam. Das wird zum dicken Problem, wenn Sie niemanden an Ihrer Seite haben. Wer stottert schon gerne mit sich selbst? Aber Hundi nimmt Ihnen alle Hemmungen; quatschen Sie einfach drauf los. Tägliches Training macht Sie sicherer und bringt Sie vielleicht sogar ganz vom Stottern weg. Problem gelöst – mit Hund!

### **44. Arbeitslos, Knast oder Witwer?**

Probleme über Probleme: Sind Sie gerade arbeitslos geworden? Ist Ihr Mann plötzlich gestorben? Hat die Firma pleite gemacht und Sie von heute auf morgen vor die Tür gesetzt? Kommen Sie gerade aus dem Knast? Will niemand mehr etwas mit Ihnen zu tun haben? Geht man Ihnen aus dem Weg. Die Liste wäre hier beliebig fortzusetzen. Es hört sich erst mal wie ein Sack voller Probleme an. Doch alle löst ein Hund. So einfach ist das. Selbst, wenn Sie gerade aus dem Gefängnis entlassen worden sind, können Sie sich einen süßen Schnuffi aus dem Tierheim holen und Sie werden sehen, wie die Leute auf der Straße stehen bleiben, wie andere Hunde Ihnen folgen und Ihren Schnuffi beschnuppern

wollen. Mit Vierbeiner ist vieles leichter, ja, Ihnen fliegt Sympathie zu. Denn Hundehalter gelten landläufig als verantwortlich, tierlieb, gesellig, gesprächig, aktiv, sportlich, gesund, ehrlich und anerkannt. Keiner muss doch wissen, dass Sie gerade aus dem Knast kommen oder arbeitslos sind. So eröffnet Hund auch neue Chancen. Unter Hundehaltern ist man quasi wie unter Geschäftsleuten: Man spricht auf Augenhöhe. Da werden Jobs vermittelt, Geschäfte angebahnt, Wohnungen vermietet, Deals gemacht: „Können Sie vielleicht mal auf meinen Hund einen halben Tag lang aufpassen, dann nehme ich auch mal Ihren, wenn Sie abends mal ins Theater wollen?“ – „Sagen Sie mal, Sie haben doch das Haus dort mit sechs Wohnungen, wird da mal eine frei?“ – „Sie sind doch Platzwart im Hundewald; welche Leute treffen sich dort immer? Können Sie mich vielleicht mal mitnehmen; ich bin so einsam und suche etwas Kontakt.“ Und so weiter. Über den Hund ergeben sich interessante Gelegenheiten – in allem.

#### **45. Wollen Sie auswandern?**

Schon lange planen Sie, in ein Land Ihrer Wahl auszuwandern – nicht Hals über Kopf, sondern gut vorbereitet. Doch Sie haben ein Problem: Denn Sie lassen liebe Freunde und Bekannte zurück. Meist ist man sehr weit von der Heimat entfernt und kann nicht mal eben zum Besuch vorbeischaun. Sie gehen in ein Land, in dem Sie erst einmal wieder neue Freunde suchen müssen. Alles lassen Sie zurück – nein, nicht ganz. Sie nehmen sich ein Stück Heimat mit, nämlich Ihren lieben Hund. So sind Sie doch nicht ganz alleine. Ein lebendiges Stück aus der alten Welt transportieren Sie mit in die neue. Kommen einsame Momente, dann nehmen Sie ihn

ganz fest in den Arm. Sie sind auch im Auswanderungsland nicht allein, denn Sie haben Ihr Liebstes mitgenommen. Gegenseitig verstehen Sie sich blind. So überbrücken Sie Anfangsschwierigkeiten und Heimweh. Auswandern mit Hund ist die Lösung. Sie müssen also nicht alles zurücklassen. Ihr treuer Begleiter ist immer in Ihrer Nähe. So haben Sie ein Gefühl von alter Heimat.

#### **46. Leiden Sie unter körperlichen Behinderungen?**

Wer an den Rollstuhl gefesselt ist, hat es wirklich nicht leicht. Er ist ständig auf Hilfe angewiesen und auf Kontakte kann man sich nicht verlassen. Wer kann schon jemanden 24 Stunden am Tag betreuen? Oder wer hat das Geld, sich eine Pflegefachkraft in Dauerstellung zu leisten. Man ist also sozusagen auf die Krümel angewiesen, die andere mal fallen lassen, heißt: Sie sind dankbar für jede noch so kleine Hilfe und Kontakt, damit Sie in Ihrem Rollstuhl nicht ganz vereinsamen. Da kommt ein Hund gerade recht, denn den haben Sie immer an Ihrer Seite. Was meinen Sie, wie wohltuend es ist, im Rollstuhl sitzend einen Hund neben sich zu kraulen oder einen solchen auf dem Schoß zu haben? Das ist wie Medizin. Oder nehmen Sie Menschen, die erblindet sind oder kaum noch sehen können. Ohne Hund wären die doch ganz aufgeschmissen. Es gibt speziell ausgebildete Blindenhunde, die Blinde durch die Stadt, den Straßenverkehr oder Park führen.

## **47. Hatten Sie einen schweren Unfall?**

Auch junge Menschen können plötzlich in die Situation kommen, auf fremde Hilfe angewiesen zu sein. Ein schwerer Unfall zwingt sie auf die Krücken oder in den Rollstuhl. Es dauert lange, bis sie wieder richtig gehen können. Oft ist monatelange Rehabilitation erforderlich. Oder nehmen Sie junge Sportler, die einen Kreuzbandriss erleiden und dann mühsam wieder Muskeln aufbauen müssen oder das Gelenk wieder belastbar machen. Das sind sehr deprimierende Monate, an denen schon so mancher verzweifelt ist. Ein Hund löst dieses Problem, indem er Sie aufmuntert und erfreut, aber auch als treuer Begleiter an Ihrer Seite ist und vielleicht sogar die Reha mitmacht, mit Ihnen durch den Wald joggt oder neben den Geräten ausharrt. Gleich hebt sich Ihre Stimmung; der Hund gibt Ihnen Motivation durchzuhalten.

## **48. Verbrechen aufklären**

Sie kennen die Fernsehserie Kommissar Rex bestimmt. Da ist ein Schäferhund treuer Begleiter von Kriminalkommissaren; Rex nimmt sogar Verbrecher fest und klärt Kriminalfälle auf. In der Tat stehen manchmal die Polizisten vor einem Rätsel und wissen nicht mehr weiter. Der Fall löst sich überhaupt nicht. Da kann ein geschulter Polizeihund sehr hilfreich sein, weil der vielleicht einen anderen, neuen Ansatz hat und die Beamten mit seiner Spürnase auf eine ganz neue Spur lenkt. Heutzutage ist es keine Seltenheit, dass Kriminalfälle auch noch nach 20 oder 30 Jahren aufgeklärt werden. Man hat neue Methoden – so auch mit Hund, der neue Spuren aufnimmt. So konnte schon das Schicksal entführter

Menschen geklärt werden wie auch Sexualdelikte. Auch verschwinden manchmal Menschen von heute auf morgen, weil sie ein neues Leben anfangen wollen. Nahe Verwandte sind ratlos und verzweifeln. Erstaunliche Ansätze mit Hund hat es hier in der jüngeren Vergangenheit gegeben. Verschiedene Fernsehsendungen berichten darüber.

#### **49. Suchen Sie mehr Lebensqualität?**

So wie Sie mit Hund länger leben – um über 20 Prozent und mehr – so steigt natürlich auch Ihre Lebensqualität mit Vierbeiner. Ihr Leben ist aufregend und abwechslungsreich, Kontakte fliegen Ihnen zu. Menschen suchen Ihre Nähe, weil sie auch Ihren Hund kennenlernen wollen oder mit ihrem eigenen Hund vorbeischaun möchten. Ihr Wuffi hört Ihnen bei so vielen Gelegenheiten zu, ihm können Sie so viele Dinge beibringen. Es ist doch auch für Sie ein schönes Gefühl, sich mit so vielen eigenen Ideen im Hund verwirklicht zu sehen. Hunde sind manchmal recht ulkig, schmiegen sich an und schnurren vor lauter Vergnügen und Zufriedenheit auf Ihrem Oberschenkel. Sicher ist das Leben mit Hund entbehrungsreicher, weil Sie immer genau überlegen müssen, was mit Hund geht und was nicht. Ihr Radius ist schon eingeschränkt – denken Sie nur an Reisen und Urlaub.

Es ist wie immer im Leben: ein Geben und Nehmen. Man kann nicht nur die Rosinen herauspicken, sondern muss auch wieder etwas zurückgeben. Wenn Sie Ihr Leben mit dieser Balance gestalten, werden Sie ein gutes Gefühl haben –und Ihr Vierbeiner auch. Selbst wenn Sie einen Bodyguard engagieren würden, hätten Sie nie einen so verlässlichen und

hingebungsvollen Aufpasser, wie das liebe Tier.

## **50. Schlusswort**

Sie sehen also: Der Hund ist ein echter Problemlöser. Wer hätte das gedacht! Nur die Wenigsten setzen den Vierbeiner richtig ein. Holen Sie also mehr aus Ihrem lieben Tier heraus. Er will gefordert werden und vor allem will er Ihnen helfen. Einen Hund macht nichts glücklicher, wenn Herrchen glücklich ist. Sie spüren, wenn sie ihrem Besitzer einen nützlichen Gefallen getan haben. Auch Hunde hecheln nach Anerkennung. Ein gut trainierter Hund weiß, dass er belohnt wird, und wenn es nur mit einem Streicheln ist. Dann spürt er auch: Ich gehöre dazu und bin Teil der Familie. Hunde können Leben retten und verlängern – wo finden Sie das sonst in dieser Welt? Vor allem tun Sie es ohne Gegenleistung, einfach nur aus Dankbarkeit oder weil sie es so gelernt haben und sie es als ihren Job verstehen. Hunde sind treu – ein Leben lang.