

Erhöhung der Lebensqualität bei Hunden und Menschen durch kraftspendende Ruheübungen

Referenten: Thomas und Ina Baumann

THEMEN

- Stress vs. Lebensqualität
- Zufriedenheit wichtiger als Glück
- In der Ruhe liegt die Kraft
- Das La-Ko-Ko®-Prinzip
- Persönliche Voraussetzungen
- Technische Voraussetzungen
- Einstiegshilfe „Std.-By-Übung“
- Bodentraining
- Gerätetraining

Für das Jahr 2018 wünschten sich laut der Forsa-Umfrage 59 Prozent der Deutschen weniger Stress! Der Wunsch nach Stress-Reduktion landete damit mit mächtig viel Abstand auf Platz 1 des Forsa-Rankings. Auf der Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse bestehen kaum noch Zweifel, dass die Gefühlswelt beziehungsweise die emotionalen Fähigkeiten des Hundes mittlerweile das Niveau der Gefühlswelt des Menschen erreicht hat. Und damit ist es auch völlig richtig, dass viele Hunde auch als Spiegelbilder ihrer Menschen (auf Verhaltenzebene) angesehen werden können.

Im Ergebnis steht fest: Gestresste Menschen haben häufig gestresste Hunde - und umgekehrt. In unserer schnelllebigen und hektisch orientierten Gesellschaft führt der „Hamsterrad-Effekt“ häufig zu einer erheblichen Reduzierung der Lebensqualität. Nach dem Motto „weniger ist mehr“ müssen somit Wege und Möglichkeiten gefunden werden, für Mensch und Hund dem beschleunigten Alltag entschleunigende Maßnahmen entgegenzusetzen. Stille, Ruhe und Langsamkeit sind die wesentlichen Inhalte der Entschleunigung. Schon seit vielen Jahren praktizieren die beiden Referenten ein sehr spezifisch ausgelegtes Hundetraining, in dessen Mittelpunkt die Entschleunigung liegt. Im Ergebnis sind bei den allermeisten Mensch-Hund-Teams schon nach kurz- und mittelfristigem Training deutlich erkennbare Erfolge zu verzeichnen. Zwei- und Vierbeiner wirken in sich ruhender und gelassener! Frustrationstoleranz und Reizschwelle werden erhöht, die Beziehungs- und damit auch die Lebensqualität steigern sich und der Widerstand gegenüber stressfördernden Einflüssen wird gestärkt. Dem bisherigen „aktiven Handeln“ wird ein „passives Handeln“ entgegengesetzt und bewirkt ein neues, starkes Gefühl in Sachen Alltag- und damit auch Konfliktbewältigung.

Die Seminarzeiten werden nach Rücksprache mit eventuellen Veranstaltern konkretisiert. Die Zeiträume für Wochenendseminare, die im Hundezentrum Baumann stattfinden, sind aus der Equipment-Liste für Seminar-Teilnehmer zu entnehmen.