

# **Angst vor Hunden überwinden**



Reproduktionen, Übersetzungen, Weiterverarbeitung oder ähnliche Handlungen zu kommerziellen Zwecken sowie Wiederverkauf oder sonstige Veröffentlichungen sind ohne die schriftliche Zustimmung des Autors bzw. Lizenzgebers nicht gestattet.

Autor: Antonio Rudolphios (2017)



Diese Publikation wurde nach bestem Wissen recherchiert und erstellt.

Als Leserin und Leser, möchte ich Sie ausdrücklich darauf hinweisen, dass keinerlei Verantwortung für jegliche Art von Folgen, die Ihnen im Zusammenhang mit dem Inhalt dieses eBooks entstehen, übernommen werden können. Der Leser ist für die aus diesem Ratgeber resultierenden Handlungen selbst verantwortlich.

# **Inhaltsverzeichnis**

<b>Vorwort.....</b>	<b>4</b>
<b>Woher kommt die Canophobia? .....</b>	<b>6</b>
<b>Kann man eine Hunde-Phobie vererben?.....</b>	<b>7</b>
<b>Ist auch eine Eskalation möglich? .....</b>	<b>9</b>
<b>Was macht Abneigung gegen Hunde aus? .....</b>	<b>10</b>
<b>Wer ist hier das Herrchen? .....</b>	<b>13</b>
<b>Aufgepasst vor Tierhassern! .....</b>	<b>14</b>
<b>Welche Halter-Typen gibt es?.....</b>	<b>15</b>
<b>Welche Auswirkungen hat die Furcht vor Hunden? .....</b>	<b>16</b>
<b>Kann man Phobien heilen? .....</b>	<b>17</b>
<b>Wie baut man Angst vor Vierbeinern ab? .....</b>	<b>19</b>
<b>Nicht alle Hunde wollen Sie fressen! .....</b>	<b>20</b>
<b>Unterbewusstsein umpolen.....</b>	<b>21</b>
<b>Jetzt kommt die Liste .....</b>	<b>23</b>
<b>Hundewiese oder Tierschule?.....</b>	<b>24</b>
<b>Eine Menge Tipps aus dem Hunde-Alltag:</b>	
<b>Von Entspannung bis Imagination .....</b>	<b>26</b>
<b>Schlusswort .....</b>	<b>51</b>

## Vorwort

So wie manche Menschen Angst vor Spinnen haben, so entwickeln andere eine panische Angst vor Hunden. Wenn Sie schon von weitem einen Vierbeiner sichten, geraten sie in Panik, selbst wenn dieser angeleint ist. Sie werden richtig aggressiv, kommen ihnen die Halter immer näher. Die Angsthasen machen dabei keinen Zirkus, denn sie zittern tatsächlich am ganzen Körper. Schweißausbrüche untermauern ihre Phobie (krankhafte Angst) gegen Hunde.

Wissenschaftlich gesehen haben wir es hier mit der so genannten Canophobie oder Kynophobie zu tun (einmal aus dem Lateinischen abgeleitet: canis und dann aus dem Altgriechischen kyon = beides mal der Hund). Man begründet einerseits diese Angst mit der Urangst des Menschen vor wilden Tieren, etwa vor dem Wolf. Allerdings hängt diese psychische Krankheit heutzutage meistens mit traumatischen Erfahrungen in der Kindheit zusammen. Man ist übel von einem Hund gebissen worden und getreu der Devise „Gebranntes Kind scheut Feuer“ entwickelt man Panik, wenn Hunde nur gesichtet werden.

Wie bei jeder Phobie handelt es sich auch hier um eine ernsthafte psychische Erkrankung, die dringend behandelt werden muss. Solche Menschen brauchen professionelle Hilfe und meist ist neben einem Therapeuten auch eine stationäre Behandlung vonnöten, manchmal auch als Sofortmaßnahme Medikamente in Form von Psychopharmaka.

Dass die Angst vor Hunden aber meistens völlig unbegründet ist, ignorieren die Betroffenen. Denn die wenigsten Vierbeiner sind aggressiv gegen Menschen – ganz im Gegenteil: Nervöses Bellen deutet eher auf die eigene Unsicherheit des Tieres hin. Wie heißt es doch so schön: Hunde die bellen, beißen nicht.

Sind Sie etwa auch betroffen, kennen Sie diese Angst oder haben Sie nahe Angehörige, die sich vor Hunden fürchten? Dann hilft Ihnen dieser Ratgeber garantiert. Sie bekommen wertvolle Tipps und Tricks, damit Sie künftig unbefangener damit umgehen können und keine Furcht mehr vor den Vierbeinern haben müssen.

## Woher kommt die Canophobia?

Wie oben schon erwähnt, liegt in jedem Menschen mehr oder weniger noch ein gewisser Natur-Instinkt. Früher hatten unsere Steinzeit-Urvorfahren eine Angst als Vorsichtsmaßnahme gegenüber wilden, aggressiven Tieren wie Wölfen oder Mammuts. Das diente dem eigenen Schutz. Mit der Zeit entwickelten sie Techniken, sich gegen diese Gefahr zu wehren oder auch Tiere zu jagen und zu erlegen, um davon zu leben und zu überleben.

Wir haben also natürliche Abwehrmechanismen gegen Tiere, die schon mal mit den Zähnen fletschen und uns furchterregend gegenübertreten. Sie bellen und kläffen, zeigen ihre scharfen Hauer und nehmen eine Angriffshaltung ein.

Je nach Größe und Kraft der Tiere darf man durchaus auch schon mal vorsichtig sein. Vor allem ihre Unberechenbarkeit sollte uns immer alarmieren. Das Verhältnis zwischen Mensch und Tier ist bisweilen ambivalent, zumal dann wenn man sich nicht kennt. Wer kann schon die Reaktion eines Schafes oder Esels erraten? Ein Pferd kann plötzlich austreten, eine Kuh kann einen schubsen und selbst ein großer Hund weiß nicht um die verletzende Gefahr seiner Krallen, selbst wenn er uns freundlich begrüßt.

Eine weitere Quelle der Angst sind unsere eigenen schlechten Erfahrungen oder auch unser Charakter. Wir haben eventuell mal mit einem Hund getollt und sind dabei von ihm im Überschwang freundschaftlicher Gefühle umgeworfen worden. Oder ein Vierbeiner hat mal unbewusst zugeschnappt oder uns gebissen, als wir ihm Futter reichten. Wir haben also durch Zufall schlechte Erfahrungen gemacht.