



# TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

Ausgestellt für

**Carola Zilm**

Für die Teilnahme an dem Webinar

## Entspannung Teil 1

mit Dr. Ute Blaschke-Berthold

Dauer: 1 Stunde 50 Minuten

Als Weiterbildung anerkannt von:



23. März 2019

Datum

*C. Kaelin*

CORINNE KAELIN

Geschäftsleitung



## "Entspannung Teil 1"

Beschreibung

Natur zeigt sich in einer Reihe von Gegensätzen wie Licht und Dunkel, Schlaf und Wachzustand, Anspannung und Entspannung. Zwischen diesen Gegensätzen existieren Übergänge, die von einem Zustand in den anderen führen. Entspannungstraining schafft Übergänge, die den Hund in einen entspannteren Zustand bringen. Im 1. Teil des Webinars werden Möglichkeiten der direkten Entspannung vorgestellt. Für den Aufbau konditionierter Entspannungssignale (2. Teil des Webinars) müssen wir von aussen direkte Entspannung anstoßen können. Im Mittelpunkt stehen vor allem ätherische Öle, akustische Hilfen wie Musik und Relaxodog sowie das Thundershirt. Wir wollen Hilfsmittel so einsetzen, dass sie den bestmöglichen Wirkungsgrad für Lernen und Erholung entfalten können. Ein Exkurs in das Anti-Stress-System der Säugetiere erklärt, weshalb Entspannungstechniken nicht in jeder Situation hilfreich für den Hund sind. In diesem Zusammenhang werden auch die Grenzen der direkten Entspannung im Zusammenhang mit verschiedenen Formen der Erregung besprochen.