Mein Name ist Vanessa und ich bin 22 Jahre alt.

Ich hatte seit meiner Kindheit Angst vor Hunden. Warum? Ich bin einmal von einem größeren Hund angesprungen worden, dabei riss er mich um und bellte mich an. Das Erlebnis war so einschneidend, das ich seit dem mit meiner Angst gelebt habe. Ich wechselte, wie viele andere wohl auch öfter mal die Straßenseite, mied Hundesituationen so gut ich konnte und habe mit großen Magengrummeln Freunde mit Hunden besucht. Auch beim Joggen im Park hat mich eher ein unangenehmes Gefühl begleitet. Trotz all dem, es war schon immer ein Traum, irgendwann einmal einen eigenen Hund zu besitzen.

Dann lernte ich meinen Freund kennen und auch er wünschte sich einen Vierbeiner.

Also beschlossen wir, uns Hilfe zu holen, jemanden mit dem wir gemeinsam an meiner Angst arbeiten würden. Wir suchten im Internet nach genau dieser Person und so gelangten wir auf die Internetseite von Beatrice und ihrem Therapieteam-Berlin.

Ich hatte sehr große Zweifel, so viele Jahre hatte ich Angst, und immer wieder kam die Frage auf, wie sollte diese Frau das ändern? Meine Angst einfach besiegen? Macht das überhaupt Sinn? Anderseits auch die Zweifel und die Frage, will ich mich wirklich meiner Angst stellen? Will ich mich wirklich damit auseinander setzen und konfrontieren? Und zu all dem noch die Scham. Ein „blöder“ Hund !!! , wieso löst ausgerechnet ein Hund so viel Angst aus, warum beeinflusst das mein Leben so sehr? Niemand ausser mir hat Angst vor Hunden! Und überhaupt ist mir sehr unangenehm darüber zu sprechen.

Trotz all den Fragen und Zweifeln in meinem Kopf, vereinbarten wir einen Termin – was hab ich schon zu verlieren, wenn's nicht gelingt, gibt es halt keinen weiteren Termin, so hatte ich es mit mir vereinbart.

Beatrice kam zunächst zu uns nach Hause - ohne Hund. Wir kamen ins Gespräch und gingen der Frage nach, woher meine Angst kommt. Ob ich vor bestimmten Rassen oder Hundegrößen Angst habe und viele weitere Fragen fanden ihre Antwort. Nun sprachen wir über das Ausdrucksverhalten der Hunde und Beatrice zeigte uns einige, welche sie uns als Anschauungsmaterial mitbrachte.

Beatrice war schon beim ersten Treffen sehr einfühlsam, sie ging super auf mich ein.

Ich fühlte mich von der ersten Minute sehr gut aufgehoben bei ihr – und auch die Scham war wie weggeblasen. Nun stand definitiv fest: „Ich will meine Angst in Griff bekommen!“

Beim zweiten Termin brachte sie einen ihrer Hunde mit zu uns nach Hause. Buck, ein kleiner Chihuahua aus ihrem Rudel. Sie versprach mir, als sie beim letzten Mal losging, dass er nur an mich heran darf, wenn ich es wirklich möchte. Und sie behielt ihr Wort! Er blieb bei mir auf Abstand. Ich benötigte eine Zeit um aufzutauen, aber als ich beobachtete, wie gut Beatrice ihren Buck im Griff hat und wie super erzogen er ist, wollte ich ihn nun auch einmal streicheln und ein klein wenig mit ihm „trainieren“. Es war ein so großartiges Gefühl.

Dann schlug sie vor, eine Runde mit Buck zu drehen, um uns ein paar Verhaltensweisen eines Hundes draußen zu zeigen … und natürlich auch, um ggf. auf andere Hunde zu treffen. Oben, in meinen vier Wänden, dachte ich noch: „Klar, kein Ding!“... aber mit jeder Treppenstufe in Richtung Haustür, kam meine Angst wieder auf, denn - ein Hund an der Leine, lockt doch auch andere Hunde an! Beatrice fragte mich nun, ob ich die Leine von Buck nehmen möchte? Wie: „ Jetzt soll ich auch noch die Leine nehmen? Dann ist doch recht klar, zu wem der andere Hund kommt, wenn einer kommt – zu mir!“ Aber mit Bea an meiner Seite fühlte ich mich irgendwie sicher – und so nahm ich Bucks Leine in meine Hand! Es dauerte keine fünf Minuten, da trafen wir auf einen Labradorwelpen, kniehoch, aus unserer Gegend, dazu auch noch ohne Leine. Und es kam, wie es kommen musste – er nahm Anlauf und rannte voller Elan auf uns, auf mich mit Buck an der Leine, zu! Beatrice aber reagierte blitzschnell, stellte sich schützend vor mich und stoppte den Labrador. Es ging alles so unglaublich schnell. Damit „bewies“ mir Beatrice endgültig, dass sie die Richtige für uns war! Und ab da an, fühlte ich mich noch sicherer. Sie zeigte uns auf einer abgelegenen Wiese an Buck, wie Hunde auf unsere Körpersprache reagierten und auch mein Freund und ich durften mit Buck arbeiten. Buck stoppte wirklich auf meine Körpersprache, wenn er auf uns zu rannte - unglaublich! Das verlieh einem so ein gutes Gefühl, ein Gefühl von Sicherheit und Kontrolle. Beatrice zeigte auch meinem Freund, wie er in verschiedenen Situationen die Hunde blocken könnte, um mich zu „schützen“, falls ich mich einmal unsicher fühle.

Auf dem Rückweg nahm auch ich wieder Buck seine Leine und auch da hielt Beatrice wieder jeden anderen Hund fern und erklärte uns, was in deren Köpfen vorgeht – und auch, was die Besitzer der Hunde falsch machen. Es sind nämlich oft gar nicht die Hunde, sondern vielmehr die Besitzer, die viel zu viele Fehler machen! Meistens reagieren die Hunde darauf einfach nur bzw. übernehmen verschiedenste Rollen in deren „Rudeln“ – z.B. sind sie oft die Anführer, auch, wenn sie das oft gar nicht sein wollen, einfach, weil ihr Herrchen oder Frauchen nicht die Führungsposition einnimmt.

Ich freute mich schon auf den nächsten Termin. Wir trafen uns dieses Mal bei Beatrice, der Plan war: eine Hundetreffwiese in ihrer Gegend aufzusuchen und dann auch noch nachmittags, wo die Wahrscheinlichkeit sehr hoch ist, viele Hunde zu treffen. Etwas flau war mir schon!

Auch hier haben wir die Hunde zusammen analysiert und besprochen, warum sie sich so verhalten und was ihre Körpersprache ausstrahlt/zeigt. Gegen Ende durften wir dann auch noch ihren großen Hund, einen Australian Shepherd Namens „Finn“, kennen lernen. Mit ihm liefen wir dann noch eine größere Runde durch den Park. Und ratet, wer hielt seine Leine? Ich! Ich lief tatsächlich mit einem großen Hund durch einen Park! Was für ein grandioses Gefühl. Von da an hatte ich das Gefühl, alles schaffen zu können.

Und nun? Kurze Zeit später, nachdem ich mit Finn spazieren war, war es so weit. Zusammen mit Beatrice, und auch in Absprache mit ihr, besuchten wir tatsächlich eine Hundezüchterin, eine Züchterin der Miniature Australien Shepherds.

Ganze 8 Wochen später war es dann so weit – unser „Charlie“ aus dem Wurf zog bei uns ein!

Nun sind mein Freund und ich glückliche Besitzer eines eigenen Hundes. Eines Hundes, der später mal mittlere Größe erreichen wird. Eines Hundes, der einer sehr intelligenten Rasse angehört.

Also kein kleines „Schoßhündchen“. Wir haben mit Beatrice über viele Rassen und derer Eigenschaften gesprochen, denn es wir wünschten uns einen Vierbeiner, der uns zu und unserem Leben passt!

Wer hätte das jemals gedacht? Ich? Vor ein paar Monaten noch – niemals! Kurz vor unserem ersten Termin mit Beatrice – niemals. Ab dem Treffen mit Buck – ja, vielleicht war es ab da schon langsam ein kleiner Gedanke von mir, dass ich es schaffen könnte – zusammen mit Beatrice.

Ich werde nie den Satz vergessen, den Beatrice zu uns sagte, als wir fragten, ob wir bzw. ich schon soweit wäre, dass wir uns einen eigenen Hund holen können?

Beatrice darauf: „Ich habe dir geholfen, die ersten Schritte zu gehen und die Hunde zu verstehen und du wirst mit einem eigenen Hund, deinen eigenen Therapiehund an deiner Seite haben, quasi Selbsttherapie.“ - Sie hatte Recht!

Nun wohnt unser „Charlie“ seit gut einem Monat bei uns. Und Beatrice ist immer noch ein sehr guter Ansprechpartner für uns. Seit dem „Charlie“ eingezogen ist, haben wir uns auch schon zu einer Hunderunde mit Beatrice und ihrem „Finn“ getroffen und es war für mich das normalste der Welt. Die zwei sind durch den Park geflitzt, um uns herum gerannt – kein Moment der Angst.

Mittlerweile gehe ich mit „Charlie“ auch oft alleine spazieren, andere Hunde dürfen ihn kennen lernen – und somit auch dicht an mich ran und auch der große, stürmische Labrador unserer Nachbarn, vor dem ich so lange Angst hatte und wegen dem ich lieber noch in der Wohnung wartete, bis er weg war, wenn ich hörte, dass sie ihre Wohnung verlassen, darf mir jetzt „Hallo“ sagen.

Aber wie das mit einem Welpen so ist – es gibt auch hier und da mal Probleme. Und so wurde Beatrice von unserer Therapeutin, die mir die Hundeangst nahm, zu unserer Hundetrainerin.

Ich kann nur jedem dazu raten, sich seiner Angst zu stellen! Es muss auch wirklich niemandem peinlich sein, seid lieber Stolz, dass ihr es in Angriff nehmen möchtet! Mit der richtigen Person an eurer Seite, ist man fast ein anderer Mensch, wenn man es geschafft hat, ist es ein anderes, ein befreites Lebensgefühl!

Vielen, vielen lieben Dank Beatrice!