



Tagesseminar mit Robert Mehl, Psychologe in Düsseldorf

In der Ruhe liegt die Kraft

Die neurobiologischen Grundlagen von Schlaf und Ruhe

Sonntag, 26. März 2017 von 10 - 17 Uhr / (1 Std Pause) Seminarzeit: 6 Std.

Einige Hunde finden nicht zur Ruhe. Sie schlafen schlecht, stehen nachts auf und laufen durch die Wohnung, dösen tagsüber kaum und fordern ständig Aufmerksamkeit und Beschäftigung. Andere schrecken aus dem Schlaf auf, beißen um sich oder wirken stark irritiert.

Auf der anderen Seite kämpfen auch viele Halter selbst mit Ein- und Durchschlafproblemen, können nicht abschalten und fühlen sich ständig „unter Strom“.

Nach einer kurzen neuroanatomischen Einführung, nach der sich jeder Teilnehmer selbst im Gehirn zurechtfindet, suchen wir nach den Schaltstellen für Schlaf, Ruhe und Entspannung und den Ursachen für Störungen in diesem Bereich.

- Welche Schlafstörungen werden in der Humanpsychologie unterschieden?
- Welche psychischen Erkrankungen können Schlafstörungen zugrunde liegen?
- Können Erkenntnisse aus der Schlafforschung auf Hunde übertragen werden?
- Wie wirkt sich Schlafmangel auf das Gehirn aus?
- Warum sind Ruhephasen für Hunde und Menschen so wichtig?
- Warum kommen manche Hunde und Menschen nicht zur Ruhe?
- Wie kann man das Gehirn beruhigen und Hunden und Menschen zur Entspannung verhelfen?

Wir beschäftigen uns in diesem Zusammenhang u. a. mit den Auswirkungen von Streß, Überreizung, Hyperaktivität und Überbeschäftigung und beleuchten auch den Einfluß psychischer Störungen wie Traumafolgestörungen, generalisierter Angststörung, Depression und ADHS auf das Schlaf- und Ruheverhalten von Hunden und Menschen.

Aufbauend auf diesen Grundlagen betrachten wir humanpsychologische Ansätze zur Behandlung von Schlafstörungen und Entspannungsproblemen und diskutieren, wie diese auf Hunde übertragen werden können.

Referent: Robert Mehl ist Diplom-Psychologe und Kriminologe (M.A.). Er absolvierte therapeutische Zusatzausbildungen als „Systemischer Berater und Familientherapeut“ (DGSF) und für den „Professionellen Einsatz von Hunden in der Therapie“ („dogument“). Er war wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Magdeburg mit dem Forschungsschwerpunkt „Neurobiologische Grundlagen von Aggression“ und Autor von neuro-wissenschaftlichen Fachartikeln. Danach arbeitete er als Systemischer Therapeut mit seiner Therapiehündin in einer Jugendanstalt und derzeit als Psychologe in einer Praxis für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie.

Als Fortbildung für zert. Hundetrainer von den Tierärztekammern Niedersachsen und Schleswig Holstein anerkannt

Fortbildungen für Hundetrainer / Pensionsinhaber / Tierärzte
Teilnahmebestätigung:

RALF LÜGGER

