

Die Verhaltenstrainer für Menschen mit Hunden

Thema heute: Entspannung im Hundetraining?

Ist unser Hund sehr erregt, wird es schwierig für uns, an einem unerwünschten Verhalten zu arbeiten. Der Hund ist abgelenkt, hat Konzentrations-, Angst- oder Aggressionsprobleme. Erregte Hunde gibt es in vielen Lebenslagen und mancher Hund ist von Natur aus leicht erregbar. Viele Verhaltensweisen, die wir Menschen als problematisch empfinden, resultieren aus einem zu hohen Erregungslevel oder werden dadurch noch verschlimmert.

Das Gehirn des Hundes ist bei hoher Erregung mit überlebenswichtigen Dingen beschäftigt und der Hund kann nur noch mit einem Verhalten reagieren, das unbewusst und nicht mehr steuerbar für ihn ist. Unser Hund bekommt wirklich kaum mehr mit, dass wir überhaupt noch da sind und es ist daher auch keine Absicht, wenn er nicht mehr oder nur noch sehr schlecht ansprechbar ist. Gegenspieler der Erregung ist die Entspannung und diese ist trainierbar!



Können wir den Hund in einer für ihn erregenden Situation dazu bringen, sich zumindest minimal zu entspannen, wird er wieder ansprechbar, denn die Erregung wird gesenkt. Unser Hund kommt wieder im bewussten Teil seines Gehirns an, kann uns wahrnehmen und Lernen kann wieder stattfinden. Entspannung kann mittels klassischer Konditionierung an ein bestimmtes Signal gekoppelt werden. Anschließend ist die Entspannung durch dieses Signal auslösbar! Das können ein Wort (z.B. Eeeeasy, Relaaaax, Vakaaaaanz ...), Berührungen (langsames Streicheln, T-touch), Gerüche (Lavendel, Zitrone, Kamille), Gegenstände (z.B. blaue Decke, Halstuch, Thundershirt) sein. Sehr wichtig



dabei ist ein aus Hundesicht sicheres Umfeld. Bitte dabei nicht die eigene Körpersprache vergessen um nicht bedrohlich/unangenehm auf unseren Hund einzuwirken: d.h. sich seitlich zum Hund ausrichten, unseren Körperschwerpunkt nach hinten verlagern.

Die Entspannungsübungen sollten zuhause ohne Ablenkung beginnen. Der Hund soll durch unsere Berührungen ruhiger werden, vielleicht sogar müde wirken. Bevor man den Hund anfasst, sagt man das Entspannungswort und berührt anschließend, mit langsamen Streichelbewegungen, die Körperregionen des Hundes, die den Hund besonders gut entspannen lassen. Weiterer Ablauf: die Berührung kurz unterbrechen,

ein Wort sagen, weiter berühren ... Diese Entspannungsübungen können mit den verschiedenen beruhigenden Gerüchen kombiniert werden (Achtung! Sehr sparsam dosieren!) oder auch mit einer bestimmten Decke oder Halstuch.

Als Einstieg eignen sich die Momente, in denen der Hund von selbst entspannt, zum Beispiel vor dem Einschlafen. Das gewählte Entspannungssignal wiederholt man also immer wieder in Situationen, in denen der Hund entspannt ist. Auch wenn unser Hund unter schwierigeren Bedingungen schon gut auf das Signal anspricht, muss man diese Übungen regelmäßig in ruhigen Situationen wiederholen, um sie zu festigen (vergleichbar mit einem Akku, der immer wieder aufgeladen werden muss).

In schwierigeren Situationen geben wir das Entspannungssignal, damit unser Hund wieder ansprechbar wird und führen ihn gleich anschließend in ein für ihn angenehmeres Alternativverhalten. Dieses Signal kann (im Unterschied zu den „Gehorsamsignalen“) mehrfach gegeben werden, da jede zusätzliche Entspannung erwünscht ist. Die konditionierte Entspannung ist übrigens kein neu-modischer Kram oder irgendwelcher esoterischer Hokuspokus. Sie wird vielmehr seit etlichen Jahren mit großem Erfolg in der Humanmedizin eingesetzt, wie zum Beispiel in der Schmerztherapie oder in der Verhaltenstherapie. Wir wünschen euch eine schöne Woche – und seid nett zu euren Hunden! Nico Feider und Monique Wies
Quellen: Mirjam Aulbach, www.cavecani.de

