

TRAININGS TIPP

ENTSPANNUNG



Das Gegenstück von Erregung ist Entspannung. Entspannen kann man nur wenn man das Niveau der Erregung zu senkt. Erregung und Entspannung sind gegenläufige Prozesse, die im Gehirn entstehen und gesteuert werden. Die Reaktion auf Umweltreize und das daraus resultierende Verhalten wird durch diese Reize beeinflusst..

Entspannungstraining - Konditionierte Entspannung

Entspannungs-und Sicherheitszone aufbauen

Diese Zone wird an einem Ort eingerichtet, den dein Hund gerne aufsucht und wo es auch später beim alleine bleiben fur ihn angenehm ist. Die Zone sollte nicht an einem zu warmen oder lautem Ort eingerichtet werden. Du beginnst, in dem du deinem Hund nun jegliche selbständige Beschäftigung wie Kauartikel in dieser Zone anbietest. Wichtig ist auch, deinen Hund an seinem Ruckzugsort nicht zu stören und schon gar nicht unangenehme Dinge wie z.B. eine Zecke zu entfernen dort vorzunehmen.

Entspannungsduft aufbauen

Lege dein Tuch mit dem Duft zunächst einige Tage immer dazu wenn dein Hund sich ausruht oder entspannt liegt. Zeigt er kein Meideverhalten am Duft, kannst du beginnen deinem Hund das Tuch umzumachen kurz bevor er schlafen geht oder wenn er bereits ruht. Dies machst du so oft wie möglich, gerne auch nachts wenn dein Hund schläft. Der Entspannungsduft sollte auch in der Trainingsphase immer wieder außerhalb der Übungssituationen aufgeladen werden.

Duftöle:

- 1) Easy Dogs Öle , fertige Entspannungsöle fur Hunde(bekommst du bei uns in der Hundeschule fur 7,99€)
- 2) Selber mischen : Mandelöl + naturliches Lavendelöl du mischst im Verhältnis 150 : 1 , also 1 Tropfen Lavendelöl auf 150 Tropfen Mandelöl.

Entspannungswort aufbauen

Das Entspannungswort wird während des Entspannungstrainings für den Hund mit einem entspannten Zustand verknupft. Später kann man den Hund durch Einsatz des Wortes etwas entspannen und ihn dadurch wieder ansprechbarer machen, wenn er sehr erregt ist.

Während ihr kuschelt und er bereits entspannt ist , nimmst du kurz die Hand vom Hund weg, sagst "Easy" und streichelst ihn weiter. Dies kann einige male wiederholt werden. Durch einen sorgfältigen Aufbau verknupen wir das Entspannungswort "Easy" mit einem entspannten Zustand. Sollte dein Hund sich nicht gerne anfassen lassen, kannst du den passive Aufbau fur das Entspannungswort nutzen.

Aufbau Entspannungswort aktiv



Passiver Aufbau Entspannungswort (ohne Beruhrung)





Schritt 1:

Locke deinen Hund mit einem Leckerchen auf die Decke

> Alternativ kannst du auch einige Leckerlis auf der Decke verstecken bevor du mit diesem Schritt startest.

Hund geht auf die Decke

> Achte darauf, dass dein Hund möglichst viele Pfoten auf der Decke hat.

Marker + Belohnung geben - Freigabe sagen

> •Solange dein Hund auf der Decke ist, kannst du belohnen- Gib danach eine Freigabe z.B. "Los" und locke deinen Hund wieder von der Decke runter.

Schritt 2:

Zeige auf die Decke

•Du stehst direkt neben der Decke und hast den Hund an der Leine um zu verhindern, dass er schon vorzeitig startet.

Hund geht mit Pfoten auf die Decke

 Belohne möglichst viele Pfoten auf der Decke, nicht immer nur 1 oder 2 Pfoten auf der Decke.

Marker+ Belohnung Füttere die Belohnung im Liegen- Freigabe

 Durch den Ort der Belohnung im Liegen zu füttern, fördern wir bereits das später gewünschte selbständige hinlegen auf der Decke.

Schritt 3:

Wortsignal "Decke" auf die Decke zeigen

> Erst Wort sagen und danach das Handzeichen geben.

Hund geht mit Pfoten auf die Decke

 wichtig:Sollte dein Hund sich selbständig hinlegen, ist das großartig und er hat dies bereits durch den Ort der Belohnung verknüpft.

Hund Signal für Platz / hinlegen geben - Marker+ Belohnung - Freigabe

•Kennt dein Hund noch kein Signal fürs hinlegen, fütterst du ihn einfach wieder ins liegen. Ziel ist es später das Signal fürs hinlegen wegzulassen und dein Hund dies selbständig beim auf die Decke gehen zeigt.