

Impuls, Erregung und Kontrolle

Seminar mit
Sabine Rödiger-Brauch
& Sabine Mittermaier

Unkonzentriert, niedrige Reizschwelle, geringe Frustrationstoleranz

Wenn Bello alles spannend findet, bloß nicht Herrchen und Frauchen, dann ist Frust vorprogrammiert und an einen entspannten Spaziergang oder ein konzentriertes Training nicht zu denken. Nicht nur Jungspunde, die neugierig die Welt erkunden möchten, auch immer mehr erwachsene Hunde sind verhaltensauffällig, unruhig, unkonzentriert, haben eine niedrige Reizschwelle und eine geringe Frustrationstoleranz.

Sabine Rödiger-Brauch und Sabine Mittermaier (s.o.) waren schon das vierte Mal mit ihrem Workshop bei unserer Landesgruppe zu Gast und zeigten, wie's geht. Wieder war der Zuspruch groß, die Stimmung locker und der Spaß kam auch nicht zu kurz – nicht zuletzt, weil Impulskontrolle und Nasenarbeit bzw. Geschicklichkeitsübungen einfach Spaß machen und geeignet sind für alle Vierbeiner, nicht nur die „Schwierigen“.

Die möglichen Gründe

1. Veranlagung

Neben grundsätzlich (hyper-)aktiven Rassen, ist das Wesen jedes einzelnen Hundes entscheidend. Es gibt auch bei Vierbeinern „nervöse Heferl“ und „coole Socken“, manchmal sogar im selben Wurf.

2. Umgang und Auslastung

Nach dem Umzug kommt der Welpen oft in eine hochmotivierte Familie mit den besten

Absichten: Welpen-Spielgruppe, Trainingseinheiten am Ausbildungsplatz und Zuhause, viele neue Eindrücke und Aktivitäten etc. – man möchte das Klassenziel möglichst schnell erreichen und vergisst dabei, dass ein Welpe mit zu viel „Action“ vollkommen überfordert ist. Selbst ein ganz normal veranlagter Welpe, wird so zum hyperaktiven Junghund.

Erziehungsfehler

- Ehrgeiz und Druck überfordern den Hund
- Inkonsequenz verstärkt negative Verhaltensweisen
- fehlende Grenzen sorgen für Stress
- falsche Belohnung wird nicht als Bestätigung empfunden
- aus Strafen lernt der Hund kein richtiges Verhalten, sie verunsichern ihn höchstens

Überforderung

In jeder Minute, die unser Welpe mit uns verbringt, lernt er – er beobachtet uns ständig – für ihn ist immer Training. Je aktiver ein Welpe ist, desto mehr Routine braucht er und desto dosierter sollten wir ihn mit Neuem konfrontieren – außerdem ist es wichtig bei Turbomäusen auf die Einhaltung der Ruhestunden zu achten – und davon braucht ein Welpe 20 bis 22 am Tag!

Auch für erwachsene Hunde ist die richtige Balance wichtig:

- Zwischen Ruhe (18 bis 20 Stunden/Tag) und Beschäftigung (hier wiederum zwi-

schen Kopfarbeit und Bewegung).

- Zwischen dem Maß an Kontrolle, das wir ihnen abverlangen und der Möglichkeit Hund zu sein.

Verknüpfte Aufregung

Wenn eine Situation bzw. ein Reiz den Hund vollkommen zum Ausrasten bringt, spricht man von verknüpfter Aufregung. Z.B. es klingelt, der Hund rennt kläffend zur Tür ... er springt am Trainingsplatz/der Hundefreilaufzone kaum kontrollierbar aus dem Auto und hängt in der Leine ... er sieht seinen Ball/ein Dummy und winselt/springt vor lauter Aufregung wie ein Flummi ... am Gartenzaun geht ein Hund vorbei und Bello hängt keifend am Zaun etc. Oft „bellen“ wir in solchen Situationen sogar mit, nämlich wenn wir unseren Hund schimpfen – und bestätigen seine Aufregung dadurch nur.

Buchempfehlung

Hoffnung auf Freundschaft
Michael Grewe
Kosmos Verlag

Anhand zweier Wurfgeschwister zeigt das Buch wie wichtig das erste Lebensjahr für die Entwicklung eines Hundes ist. Nach einem Jahr ist einer leicht zu führen, der andere leider ein Problemhund.



Impulskontrolle: Wie Hunde sich beherrschen lernen

Der Begriff Impulskontrolle kommt aus der Humanpsychologie und bedeutet nichts anderes als Selbstbeherrschung. Im Gegensatz zum Gehorsam, bei dem wir unserem Hund ein Kommando geben und er daraufhin eine Handlung ausführt oder unterlässt, führt Impulskontrolle zu einer dauerhaften Verhaltensänderung, weil der Hund lernt – ohne unser Zutun – die Situation selbstständig zu meistern und die von uns gewünschte Reaktion zu zeigen.

Verwenden Sie anfangs unbedingt ein Geschirr und stellen Sie sich beim ersten Mal auf „dicke Arme“ ein. Hat Ihr Hund das System einmal begriffen, geht's aber rasant.

Wichtig: Geben Sie bei den folgenden Übungen kein Kommando und sprechen Sie Ihren Hund nicht an – er soll von selbst darauf kommen, was Sie von ihm wollen.

Übungsziel 1:

Der Hund soll seine Aufregung kontrollieren, dann bekommt er was er will.

- **Erste Stufe:** Ihr Hund sitzt/steht oder liegt vor Ihnen. Ihre Hand mit dem Leckerchen wandert an seiner Nase vorbei und wird zur Seite gestreckt, damit Sie sehen, wenn der Hund nicht mehr Ihre Hand anschaut sondern Sie. Sobald er das tut und sich ruhig verhält, sofort loben und mit dem Leckerli belohnen. Er wird schnell verstanden haben, was Sie von ihm wollen.
- Wenn sein Blick gar nicht mehr erst Ihrer Hand folgt und er Ihnen in die Augen schaut, bevor Sie Ihren Arm ausgestreckt haben, wird's Zeit für die **zweite Stufe:** Der Leckerli-Arm ist ausgestreckt und wandert ganz langsam nach unten. Unten angekommen, legen Sie das Leckerli auf den Boden. Er darf es sich natürlich nicht schnappen, er bekommt das Leckerchen erst wenn er sitzt/steht/liegt und Sie anschaut.
- **Die dritte Stufe:** Leckerli fallen lassen.
- **Die vierte Stufe:** Leckerli ein Stück werfen.
- **Die fünfte Stufe:** Hund zum Spielen auffordern. Mitten im Spiel, Leckerli werfen. Erst wenn er Sie anschaut, bekommt er Ihr OK und darf seine Belohnung holen.

Danach werden alle o.g. Übungsschritte mit einem besonders interessanten Leckerchen (z.B. Lachs, Kekse o.ä.) oder dem Lieblings-Spielzeug wiederholt.

Tipp: Impulskontroll-Übungen kann man bereits beim Welpen immer wieder in den



Ups, keine Selbstbedienung! Also schnell die Leckerli-Hand hinter den Rücken, Leine kürzer nehmen und straff senkrecht nach oben ziehen ... wenn er sich ruhig verhält und Sie anschaut, loben und belohnen

Tagesablauf einbinden, bei allem, was er haben möchte. Z.B. wenn er sich ruhig verhält, Sie anschaut und von Ihnen das OK bekommt, darf er zur Futterschüssel ... darf er den Besuch begrüßen ... darf er durch die Tür gehen ... darf er zu den Kumpeln auf die Hundewiese ... darf er aus dem Auto springen ... Vorteil: Es wird für ihn zur Selbstverständlichkeit, Ihr OK abzuholen oder in für ihn ungewohnten Situationen erst einmal mit Herrchen oder Frauchen „Rücksprache“ zu halten.

Übungsziel 2:

Wenn Übungsziel 1 erreicht wurde, kann man variieren: Wieder soll er lernen seine Aufregung selbst zu kontrollieren. Nachdem er sich beruhigt und Blickkontakt aufgenommen hat, bekommt er aber nicht was er will.

Übungsablauf: Auch hier ist der Hund an der Leine. Sie sagen nichts und warten, bis der Hund Blickkontakt zu Ihnen aufnimmt, nur diesmal bekommt er den Ball nicht, darf den Schmetterling nicht jagen etc.; stattdessen bekommt er eine Ersatz-Belohnung, die für ihn mindestens gleichwertig sein muss. Für den einen ist das ein fettes Würstel, für den anderen ein wildes Spiel (an der Sicherheitsleine, dass er nicht doch ausbüxt). **Also:** Belohnungsliste machen und überlegen, welche Belohnung bei Ihrem Hund wirklich funktioniert. Je mehr Sie ihm abverlangen, desto reizvoller muss der Ersatz sein.

Das Schöne an Impulskontrolle: sie läuft ohne Worte ab, d.h. Sie machen sich keine Kommandos kaputt, wenn der Hund nicht wie gewünscht reagiert. Die Übungen sind außerdem anstrengend. Streuen Sie immer wieder ein, zwei Übungen beim Spaziergang oder Zuhause ein, das reicht vollkommen.



Stufe 1: So soll 's sein! Blick ist auf Sie gerichtet, sofort loben und Leckerli/Spielzeug geben

Abb. darunter: im Vordergrund ist Stufe 4 zu sehen, im Hintergrund Stufe 5 - jeweils bereits mit Spielzeug



Ruheübung

Sie dient dazu, dem Hund überall einen sicheren Ort zu geben, an dem er zur Ruhe kommen kann.

Übungsablauf: Decke oder Handtuch auf den Boden legen. Mit dem angeleinten Hund hingehen, ein Kommando geben: z.B. Decke. Geht der Hund drauf, loben und belohnen. Wenn der Hund liegt, wortlos entfernen und ihn scheinbar nicht beachten. Bevor er aufsteht, zurück zum Hund, loben und belohnen, Decke unter ihm wegziehen. Sie können die Übung mit unterschiedlichen Decken, Pullovern, Servietten machen, geben aber immer dasselbe Kommando. So verknüpft Ihr Hund: Frauchen gibt dieses Kommando und zeigt mir einen Platz, an dem ich sicher und ungestört bin – egal, ob die Kids durchs Haus toben oder Hunde beim Heurigen vorbeigehen. Wichtig ist, dass Ihr Hund hier solange in Ruhe gelassen wird, bis Sie (!) ihn wieder holen. Kann man den Hund nicht dauernd beobachten, muss man ihn evtl. korrigieren und zurückbringen. Allerdings bekommt er dann Aufmerksamkeit. Möchte man vermeiden, dass er es dadurch falsch verknüpft, kann man ihn in der Übungsphase räumlich begrenzen – entweder durch eine Box, oder indem man bei seinem Liegeplatz (natürlich bequem und mit Wasser, Spielzeug etc. ausgestattet und von dem aus er alles beobachten kann) einen Haken anbringt, an dem man eine kurze Leine (am Geschirr befestigt) anhängen kann.

Verknüpfung zur Impulskontrolle:

Reagiert er in unterschiedlichen Situationen wie ein Heferl – ab an den Haken. Wortlos hingeben, anhängen und ignorieren bis er sich beruhigt hat. Es kann durchaus mehrere Haken geben: z.B. einen im Eingangsbereich (bis er gelernt hat an diesem Platz ruhig zu warten, bis er Ihr OK bekommt den Besuch zu begrüßen) ... einen im Garten, mit Blick auf den Zaun (bis er gelernt hat, nicht mehr jeden Passanten zu verbellen) ... Spätestens nach zwei Wochen hat der Haken seinen Dienst getan.



Sinnvolle Beschäftigung

Nasensarbeit und ruhiges Geschicklichkeitstraining verbessern die Bindung zu Ihnen und seine Konzentrationsfähigkeit.

Das Tolle daran: es ist für den Hund anstrengender und macht ihn nachhaltiger müde als ein Marathon – und kann immer und überall gemacht werden.

Auf den Abbildungen finden Sie einige Anregungen. Sie können Ihren Hund aber natürlich auch beim Spaziergang über gefällte Bäume balancieren oder auf einem Baumstumpf absetzen lassen, im Garten den Schlauch in Schlangenlinien auslegen, die Leiter hinlegen oder mit dem Hund im Zickzack um die Sandeimer Ihrer Kinder gehen ... wenn Sie wollen, auch rückwärts. **Wichtig** ist nur, dass Bello alle Übungen möglichst langsam, konzentriert und ohne „Abkürzungen“ absolviert und beim Schnüffelparcours mit der Nase am Boden bleibt. Steuern können Sie das, indem Sie beim Gehen die Leckerli-Krümel direkt vor seiner Nase ausstreuen ... und ist das Wetter mal schlecht, kann man auch zu Hause „Schnüffeln“, entweder legen Sie Leckerli-Straßen in der Wohnung oder nutzen einen Schnüffelteppich, Intelligenzspiele etc.



1. statt Wackelbrett kann man auch eine ausgediente Matratze verwenden
2. zwischen Auto- oder Hoola-Hoop-Reifen Leckerli streuen. Im Wald können es auch umgeknickte dickere Äste sein. Der Hund soll die Pfoten exakt ohne anzustreifen setzen, während er die Leckerchen sucht
3. Leckerli zwischen den Leitersprossen auslegen, los geht der Schnüffelspaß
4. statt Pylonen können auch die Sandeimer der Kinder oder der Gartenschlauch einen engen Geh- & Schnüffelparcours markieren
5. hochklettern und „Sitz“ auf einem umgedrehten Bottich oder einem Baumstumpf
6. Schmutzwäschebehälter wird zur Höhle: Einfach hinlegen, die Halteschlaufen mit Zelterhingen fixieren, schon kann die Fellnase Leckerchen aus den Tiefen bergen



Der zweite Trainingstag begann mit Impulskontrolle-Übungen, danach herrschten „erschwerter Bedingungen“: Impulskontrolle und Geschicklichkeits-/Nasensarbeit wurden kombiniert. Bei jeder Station standen Eimer mit Aufgaben-Beschreibung und Utensilien. So mussten wir Hampelmänner machen, die Hunde mussten ruhig zuschauen ... auch, wie wir Leckerchen/Spielzeug auslegten. Erst nach Freigabe durfte gesucht/geholt werden ... und da bei uns zwar aufgeweckte Hunde aber keine vollkommen überdrehten Vierbeiner am Start waren, kam auch die Reizangel zum Einsatz: das daran baumelnde Spielzeug wurde erst losgeschickt, wenn der Hund Blickkontakt aufnahm, dann verschwand es in unserer Hand, schaute der Hund uns an, flitzte es wieder los ... Wir alle hatten einen Heiden-Spaß!

Fazit

Es waren zwei halbe, kurzweilige und extrem informative Trainingstage mit Sabine Rödiger-Brauch und ihrer Trainerkollegin Sabine Mittermaier. Nicht nur Theorie und praktische Übungen wurden anschaulich erklärt, beide nahmen sich auch für jedes Mensch-Hund-Gespann Zeit, um bei individuellen Fragen zu beraten.

Neben Trainingstipps bekamen die Teilnehmer außerdem noch Informationen über unterstützende Maßnahmen, mit denen die Trainerinnen bei „Hibbelhunden“ gute Erfahrungen gemacht haben: z.B. die Serotonin-Diät oder akustische Hilfsmittel (Reflexo Dog) auch für Hunde, die Probleme haben alleine zu bleiben oder Angst bei Gewitter haben.

Was mich besonders beeindruckt hat:

Unglaublich, wie schnell Impulskontrolle funktioniert und aus abgelenkten Jungspunden Hunde werden, mit denen man durchaus konzentriert arbeiten kann – und Spaß haben. Zwei- und Vierbeiner auch noch dabei.

Christine Boyke



Buchempfehlung

Impulskontrolle – Wie Hunde sich beherrschen lernen
Ariane Ullrich
MenschHund! Verlag



In diesem Arbeitsbuch werden Hintergründe, genauso wie Übungen natürlich noch genauer erklärt. Es enthält von normaler Erziehung bis hin zum Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten alles, was mit Beherrschung, Ruhe, Aushalten und Abwarten zusammenhängt.