

Das Geheimnis gelassener Hunde

Ines Gersten

Du und dein Hund Verlag



Copyright der Originalausgabe © 2023 Du und dein Hund Verlag

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Druck: Amazon Deutschland oder Partner

Der Druck erfolgt in chlorfreier Tinte und das säurefreie Papier für den Innenteil des Buches wird von einem Anbieter mit Forest Stewardship Council-Zertifizierung bezogen. Alle Abfälle, die beim Drucken entstehen und sich im Büroalltag anfallen, werden ordentlich recycelt und verwertet. Zudem werden in der Zukunft weiterhin Prozesse stattfinden, um die Umweltfreundlichkeit zu versichern. Damit verpflichtet sich der Druckpartner Amazon und seine Partner dazu, seinen Teil zum Umweltschutz beizutragen.



Unser Verlag verzichtet zudem auf überflüssigen Schriftverkehr und wickelt alle Prozesse digital ab. Dies spart Ressourcen und schont die Umwelt!

ISBN: 978-9-403699-31-8

Das Geheimnis gelassener Hunde

Mit Impulskontrolle und Frustrationstoleranz zum gelassenen
Mensch-Hund-Team. Wie du deinen Hund besser verstehst
und liebevoll erziehst

von
Ines Gersten



Inhalt

1.	OHNE THEORIE GEHT ES NICHT	11
	Warum macht Ihr Hund, was er macht?	13
	Was passiert in seinem Gehirn?	15
	Warum ist Impulskontrolle so schwer?	17
	Fehler, die es zu vermeiden gilt	19
	Stress – und was Sie dagegen tun können	21
2.	HUNDEVERHALTEN UND WIE SIE ES BEEINFLUSSEN	23
	Bedürfnisse	27
	Körpersprache	29
	Kommunikation zwischen Ihnen und Ihrem Hund	33
	So bauen Sie eine harmonische Beziehung auf	37
	Ihr Hund lernt, Ihnen zu vertrauen	42
	Ihr Hund und sein Rudel	44
	Übungen für mehr Gelassenheit	46
3.	VOM UMGANG MIT SICH SELBST	51
	Wissen ist der Schlüssel	52
	Entspannen leicht gemacht	55
	Mit Geduld geht alles besser	59
	Einfühlungsvermögen und Verständnis entwickeln	63
4.	DAS SPIEL BEGINNT	65
	Konzentration und Ablenkung	67
	Sie sind der Mittelpunkt	70



Die Anforderungen langsam steigern	71
Ihr Hund bestimmt das Tempo	72
Motivation	74
Belohnen, aber richtig	75
Konsequenz	82
Wichtige Signale	85
Auflösungssignal	87

5. PRAKTISCHE ÜBUNGEN 89

Der Kläffer	91
Der Postboten- und Pizzalieferantenjäger	100
Der Türklingelstürmer	104
Der Leinenzieher	111
Der Anspringer	120
Der Alleingelassene	124
Der Aggressive	130
Der Ängstliche	137
Der Hypersensible	141
Der Auf-und-Davon-Drauflosstürzer	146
Der Ungeduldige / Die Nervensäge	152
Der (Leinen)Pöbler	155
Der Wildhitzer	157
Der Zerstörer	163
Der Nichtliegenbleiber	164
Der Boxenverweigerer	166

Vorwort

Weicht Ihre Vorstellung vom Zusammenleben mit einem Hund stark von der Realität ab? Ihr Traum vom brav an der Leine gehenden Hund platzt beim Anblick eines Rehs oder beim ersten Jogger, der vorbeikommt? Geraten Sie in Panik, wenn sich ein fremder Hund mit seinem Herrchen nähert? Sie kommen abends müde nach Hause. Mit Unbehagen denken Sie daran, dass Ihre Fellnase wahrscheinlich stundenlang mit seinem Spielzeug nerven wird, dabei wollen Sie nur noch Ruhe. Absolutes Chaos bricht spätestens dann aus, wenn es an der Tür klingelt. Dazu kommt der nörgelnde Nachbar, der sich über ständiges Bellen und Jaulen Ihres Vierbeiners aufregt.

Dabei lieben Sie Ihren Hund und würden alles für ihn tun. Ein Kurs in der örtlichen Hundeschule hat nicht viel gebracht. Der Leinen-Workshop hat zwar vor Ort funktioniert, aber beim täglichen Spaziergang war alles schnell wieder beim Alten.

Nun haben Sie sich entschieden, den ersten Schritt zur Besserung zu machen: Sie lesen dieses Buch. Es nimmt Sie mit auf eine spannende Reise. Auf dieser Reise werden Sie mit Ihrem vierbeinigen Freund unterwegs viele Abenteuer und lustige Spiele erleben. Dazwischen liegen immer wieder Ruhepunkte, viele Momente um innezuhalten, einfach, um an den Blumen zu riechen.

Nicht nur Ihr Hund wird lernen, ruhig und gelassen alle Hürden zu meistern. Dieses Buch hält ebenfalls Entspannungsübungen für Sie bereit. Gehen Sie den Schritt gemeinsam mit Ihrer Fellnase. Sie werden staunen, wie sich Ihr Verhältnis zueinander wandelt. Das Verhalten eines Hundes wird von seiner Umwelt geprägt. Wenn Sie gestresst und unruhig sind, wie soll dann Ihr Vierbeiner ruhig bleiben? Er hört die Alarmglocken in Ihrem Kopf genauso laut schrillen wie Sie.

Die Übungen sind so aufgebaut, dass Hundeneulinge sie leicht nachvollziehen können. Und „alte Hasen“ finden so manchen Tipp oder Übungen, die sie noch nicht kennen.



Vor einigen Jahren tauchten die ersten Hunde und Halter mit akuten Verhaltensauffälligkeiten bei mir als Hundetrainer auf. Bis dahin hatte ich Welpen, Junghunde und Sporthunde (Agility) trainiert. Die Problemfälle nahmen schnell zu und wurden vielschichtiger. Vom Leinenpöbler über Widhetzer und Nervensägen bis zum übersensiblen Hibbelhund war alles dabei.

Zur gleichen Zeit zog der kleine Benny, ein Parson Russell Terrier, bei mir ein. Benny brachte ein beträchtliches Maß an Aggressivität mit. Im zarten Alter von 6 Monaten begann er, meine beiden Hündinnen zu tyrannisieren. Teilweise geriet er völlig außer Kontrolle. Alle üblichen Maßnahmen, um dem gegenzusteuern, beeindruckten ihn nicht. Er war auf dem besten Weg, die Weltherrschaft an sich zu reißen. Akut wurde es, als er versuchte, mich zu beißen. Da stand die Frage: ‚Zurück zum Züchter oder lass ich mir was einfallen?‘ im Raum. Und ich ließ mir was einfallen.

Tierverhalten und Verhaltensforschung sind schon lange mein Hobby, nicht zuletzt deshalb arbeite ich mit Hunden.

Ich sah mir die Hibbelhunde, die zum Training kamen, genauer an. Sie zeigten allesamt deutliche Anzeichen von Stress. Das brachte mich dazu, den Trainingsansatz zu überdenken und das Training völlig neu zu gestalten. Es geht nicht mehr darum, den Hund stärker auszulasten o. A., in der Hoffnung, dass er dann Ruhe gibt. Das kann nicht funktionieren, damit baut man nur noch mehr Stress auf. Das stressbedingte Fehlverhalten wird sich nicht bessern, im Gegenteil.

Stattdessen machen wir Entspannungsübungen, nehmen den Stress aus dem Alltag von Hund und Mensch. Wir arbeiten mit Ruhe und viel Einfühlungsvermögen daran, Vertrauen aufzubauen, die Bindung zu stärken und so zu mehr Harmonie und Gelassenheit zu finden. Jedes Mensch-Hund-Team bekommt ein individuelles, auf das jeweilige Problem zugeschnittene, Programm.



Dieses Konzept habe ich auch in diesem Buch umgesetzt. Gemeinsam erreichen wir das Ziel: ein harmonisches Zusammenleben mit Ihrem Vierbeiner.

Es kann sofort losgehen, lehnen Sie sich zurück und tauchen Sie in das erste Kapitel ein:



Ohne Theorie geht
es nicht



Es trainiert sich leichter, wenn Sie wissen, was Sie tun und warum Sie es tun. Nur den Anweisungen des Trainers zu folgen, mag auf den ersten Blick einfacher sein. Zu sehen und zu verstehen, was im Inneren Ihres vierbeinigen Freundes vor sich geht, ist die nächste Etappe auf dem Weg zum Ziel.

12



Warum macht Ihr Hund, was er macht?

Die Frage ist einfach zu beantworten: Er ist ein Hund. Hunde haben ihr artspezifisches Verhalten. Sie laufen und jagen gern, buddeln, sind wachsam, fühlen sich im Rudel wohl, haben ihr eigenes Kommunikationssystem usw. Einige dieser Eigenschaften haben sie vom Wolf geerbt, einen großen Teil hat der Mensch ihnen angezchtet. Er wollte einen zuverlässigen Helfer bei der Jagd, die Hunde sollten Haus und Hof bewachen, das Vieh zusammenhalten, Lasten ziehen oder als Schoßhund verwöhnt werden. Diese Eigenschaften sind rasch bedingt verschieden stark ausgeprägt. Ein für die Jagd gezüchteter Hund, ein Terrier oder Weimaraner, hat sicherlich einen größeren Jagdtrieb als ein Chihuahua oder ein Beagle, der zum Buddeln geboren ist.

Wild zu hetzen, ist ein normales Verhalten für einen Hund. Nur darf er es nicht (mehr) zeigen. Dieses Verhalten ist unerwünscht und er muss lernen, es zu kontrollieren. Das bereitet Stress, den Ihr vierbeiniger Freund allein nicht bewältigen kann.

Stress erschwert die Impulskontrolle, helfen Sie ihm dabei.

Manche Fellnasen lernen es schnell, bei anderen ist das Stresslevel beim Anblick von Wild so hoch, dass ihre Selbstbeherrschung, ihre natürliche Impulskontrolle, völlig versagt. Sie nehmen nichts anderes mehr wahr als das Reh oder den Hasen. Sie können noch solange und so laut rufen, er kann und wird darauf nicht reagieren.

Besonders schwer fällt es jungen, nervösen oder sensiblen Tieren, sich zu beherrschen. Große, massige Hunde (Bernhardiner) sind von Natur aus gelassener und ruhiger.

Oft haben Hunde, die auf Schnelligkeit und Wendigkeit gezüchtet werden, Probleme mit dem Nervenköstüm. Dazu gehören viele Hütehunde, die direkt beim Vieh eingesetzt werden, oder Sporthunde. Besonders im Agility wird es immer schneller. Jede hundertstel

Sekunde, jeder Zentimeter weniger zählt. Wen wundert es, dass es im Alltag ebenfalls zu impulsiven Reaktionen kommen kann.

14

Eventuell steht Ihr Hund aus einem Grund unter Stress, den Sie noch nicht erkannt haben. Er zeigt Verhaltensauffälligkeiten, die Sie sich nicht erklären können. Hier hilft genaues Beobachten der Fellnase. Ist die Ursache des Stresses gefunden, stellen Sie sie ab und das Fehlverhalten wird verschwinden.



Was passiert in seinem Gehirn?

Im Gehirn ist der präfrontale Kortex dafür zuständig, das Verhalten zu steuern. Er berücksichtigt dabei die Umweltbedingungen, Reize, Stress usw. Ihr Hund braucht einen gesunden, funktionierenden präfrontalen Kortex, damit die Impulskontrolle klappt. Die Vorgänge sind beim Menschen sehr ähnlich. Auch bei Ihnen sorgt der präfrontale Kortex dafür, dass Sie Montagmorgen um 5.00 Uhr aufstehen, um zur Arbeit zu fahren und nicht im Bett bleiben. Indem Sie aufstehen, zeigen Sie Impulskontrolle.

Dieser Bereich im Gehirn macht es möglich, dass Ihr Hund in der Lage ist, ein Verhalten abzubrechen und ein anderes auszuführen. Das ist die Voraussetzung für eine erfolgreiche Impulskontrolle. Das unerwünschte Verhalten, hier das Wildhetzen, muss nicht zwingend ausgeführt werden. Stattdessen kann Ihr Hund lernen, zu Ihnen zu kommen, eine Rolle zu machen oder dergleichen.

Leider ist der präfrontale Kortex überaus empfindlich. Bei Stress sinkt seine Leistungsfähigkeit rapide. In ruhigen Momenten können Sie Ihren Vierbeiner gut rufen. Er kommt schnell und zuverlässig. Bei jeglicher Störung des normalen Ablaufs, wie etwa, dass ein Radfahrer um die Ecke kommt oder Wild auftaucht, steigt der Stresspegel, der präfrontale Kortex funktioniert nicht mehr richtig und Ihre Fellnase verliert die Kontrolle.

Sie und Ihr eigener Stresspegel spielen hierbei eine ebenso wichtige Rolle. Ihr Arko wuselt herum und hat das Reh noch gar nicht wahrgenommen. Sie schon. Jetzt läuft bei Ihnen im Gehirn eine fatale Kettenreaktion: ‚ein Reh! – Arko! – er haut gleich ab! – ich muss ihn rufen! – sofort, bevor er das Reh sieht! – oh je, schnell, Arko du musst jetzt unbedingt kommen! – Wo ist die Leine! – Arko!!! – Arkoooo!!!‘ Das Ergebnis: Sie sind völlig gestresst, Ihre eigene Impulskontrolle versagt, Sie rufen Ihren Hund viel zu laut und mit viel zu viel Hektik in der Stimme. Ihr Hund hört Ihre Hektik, sie überträgt sich auf ihn, sein



Stresslevel schießt in die Höhe. Er weiß, da muss was sein, er entdeckt das Reh und – weg ist er.

16

Wären Sie ruhig geblieben, hätten Ihren Hund wie immer freundlich und ohne Panik gerufen, wäre er gekommen. Er hätte gar keinen Grund gehabt, nach einer Störungsquelle zu suchen.

Bei Stress wird das Hormon Cortisol gebildet (bei Hund und Mensch). Das Cortisol ist schuld daran, dass der präfrontale Kortex nicht mehr richtig arbeiten kann. Sie kennen es bestimmt auch, dass sie im gestressten Zustand nicht mehr in der Lage sind, sich zu beherrschen. Der präfrontale Kortex entwickelt sich erst sehr spät zu seiner vollen Leistungsfähigkeit. Deshalb fällt es jungen Hunden und kleinen Kindern besonders schwer, sich zu kontrollieren. Ihr Hund kann unter Stress sein Jagdverhalten nicht kontrollieren. Auf erlerntes Verhalten (Rückruf) kann er dann nicht mehr zugreifen.

Damit es gar nicht erst so weit kommt, pflegen Sie Ihren präfrontalen Kortex und den Ihres Hundes. Ganz wichtig ist, dass der Stress nicht über längere Zeit andauert. Das kann dazu führen, dass sich dieser Teil des Gehirns verändert und seine Leistungsfähigkeit generell sinkt. Ein Gehirn regeneriert sich erst, wenn der Dauerstress verschwindet. Das dauert so lange, wie vorher der Stress angehalten hat.

Deshalb sollten Sie zusammen mit Ihrem Vierbeiner einen großen Bogen um jeglichen Stressansatz machen. Das ist nicht immer möglich. Sie werden mit Sicherheit weiterhin Rehen und Hasen begegnen. Möglich ist es zu lernen, mit Stress besser umzugehen.



Warum ist Impulskontrolle so schwer?

Das Vertrackte an der Impulskontrolle ist, dass Ihr Hund nicht verallgemeinern kann. Sie können mit ihm „Sitz“ und „Bleib“ üben. Sie können auch „Sitz“ und „Bleib“ vor dem gefüllten Futternapf üben. Wollen Sie einkaufen gehen, müssen Sie „Sitz“ und „Bleib“ vor einem Laden extra trainieren. Ihr Vierbeiner übernimmt es nicht automatisch, es ist für ihn eine andere Situation.

Genauso ist es mit dem Rückruf. Ihre Fellnase kann ihn in ruhiger Umgebung umsetzen. Kommt Ablenkung – ein Reh – dazu, erhöht sich der Cortisolspiegel, Stress macht sich breit und die Selbstkontrolle schwindet. Die Bedingungen haben sich geändert. Ihr Hund verschwindet in einer Staubwolke und Sie stehen hilflos daneben.

Was bedeutet das konkret? Sie müssen jede Situation, in der Ihre Fellnase auf den Rückruf reagieren soll, separat üben. Wollen Sie, dass Ihr Hund kommt, obwohl er ein Reh sieht, können Sie das nur üben, wenn Ihr Hund ein Reh sieht. Wollen Sie Ihren Hund von einem Radfahrer zurückrufen, können Sie das nur mit einem Radfahrer üben.

Funktioniert der Rückruf bei einem stehenden Reh, funktioniert er noch lange nicht bei einem Reh, das wegläuft. Auch das ist wieder eine neue Situation, die Sie speziell üben müssen. Hunde differenzieren da sehr genau. Sie werden sicherlich auf Ihrem Übungsplatz kein Reh zur Verfügung haben. Das brauchen Sie auch nicht. Auf dem Platz üben Sie die Grundlagen. Mit dem Reh üben Sie, wenn Sie draußen beim Spaziergehen einem solchen begegnen.

Ich hatte im Training eine kleine Hündin, deren Hobby es war, Autos zu jagen. Wir trainierten mit einem Auto, nach einigen Übungseinheiten funktionierte es schon gut. Das Problem wäre aus der Welt gewesen, hätte ich nicht einen entscheidenden Fehler gemacht. Wir haben zum Üben immer dasselbe Auto verwendet. „Und wenn schon“, werden Sie jetzt sagen und als Mensch haben Sie da vollkommen recht. Für uns Menschen ist ein Auto ein Auto. Nicht für die kleine Mia. Sie

ließ nun zwar dieses eine spezielle Auto in Ruhe, allen anderen Autos wurde weiter fröhlich hinterhergehetzt. Wir fingen wieder von vorn an, dieses Mal mit verschiedenen Autos.

Impulskontrolle funktioniert nicht von jetzt auf gleich. Wenn Sie jetzt losgehen, um mit einem fliehenden Reh zu trainieren, geht das schief. Lassen Sie uns gemeinsam mit den Grundlagen beginnen und dann Schritt für Schritt weiter daran arbeiten. In den folgenden Kapiteln finden Sie die entsprechenden Übungen dazu.

Merke: Impulskontrolle trainieren erfordert viel Geduld und schrittweises Arbeiten.

Überlegen Sie einmal. Ihr Kind oder Enkel lernt in der ersten Klasse. Was erwarten Sie? Es wird die einzelnen Buchstaben kennenlernen, es wird anfangen, erste kurze Worte und Sätze zu schreiben und zu lesen. Erwarten Sie, dass Ihr Kind nach 4 Wochen Schule eine Doktorarbeit schreibt? Sicherlich nicht.

Einem fliehenden Reh nicht zu folgen, ist die Doktorarbeit für Ihren Hund. Es erfordert ein Höchstmaß an Impulskontrolle und entsprechend viel Training.

Hat sich Ihre Fellnase erfolgreich von einem Reh abrufen lassen, ist seine Impulskontrolle für einige Zeit „aufgebraucht“. Sieht er kurz darauf wieder ein Reh, fällt es ihm nun erheblich schwerer, zurückzukommen. Seine Impulskontrolle muss erst wieder aufgeladen werden.

