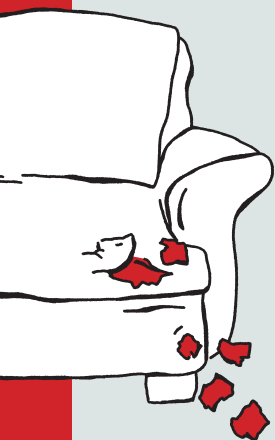


JOHANNA SPAHR | ALEXANDER SCHILLACK

HUNDE ERZIEHEN *ohne* SCHIMPFFEN



Alltagsstrategien
für eine
typgerechte
Erziehung



G|U

INNERE RUHE – NEUE WEGE

Wirft man einen Blick in den Duden, um dort das Wort »schimpfen« nachzuschlagen, so stößt man auf folgende Definition: »seinem Unwillen, Ärger mit heftigen Worten [unbeherrscht] Ausdruck geben«.

Welcher Hundehaltende hat nicht schon einmal im Alltag mit seinem Vierbeiner Unmut oder Ärger empfunden? Mit großer Wahrscheinlichkeit hat jeder auch schon einmal sein Tier unkontrolliert geschimpft – weil es wie verrückt an der Leine zog oder ohrenbetäubend an der Tür bellte, als es klingelte. Zu schimpfen und zu motzen, so scheint es, sind vermutlich die Reaktionen, die den allermeisten Menschen zuerst in den Sinn kommen, wenn ihre Hunde Dinge tun, die sie als problematisch empfinden.

Schimpfen ist nicht nachhaltig!

Doch warum löst all das Schimpfen und Meckern in den wenigsten Fällen ein Problem wirklich nachhaltig? Und warum ist es in den meisten Fällen sogar unfair den Hunden gegenüber? Wir haben in unserem Berufsalltag als Hundecoach nicht selten Vierbeiner vorgestellt bekommen, die auf so unterschiedliche Art und Weise von ihren Halter:innen korrigiert und gerüffelt wurden, dass sie kaum mehr auf irgendeine Art von Begrenzung reagiert haben. Man könnte meinen, diese Tiere seien im Lauf der Zeit regelrecht abgestumpft und resistent gegen jegliche Form der Zurechtweisung geworden.

In der Tat passiert das leider nicht mal selten. Daraus resultieren in den meisten Fällen dann nicht nur abgestumpfte Hunde, sondern vor allem auch frustrierte und verzweifelte Hundehaltende, die demotiviert und geplagt von Schuld und Scham den Weg zu uns ins Hundetraining finden.

Doch wie bekommt man sich in den Griff? Auf den folgenden Seiten zeigen wir Alternativen auf, die dazu beitragen sollen, den eigenen Emotionen nicht unkontrolliert zum Nachteil des Hundes Luft zu verschaffen.

In diesem Buch geht es aber bei Weitem nicht nur darum, einen Hund grenzenlos zu erziehen oder jeglichen Konflikt, der im Zusammenleben mit dem Vierbeiner aufkommen kann, zu umgehen. Vielmehr sollen die folgenden Kapitel die Hundehaltenden dafür sensibilisieren, den Sinn und die Wirksamkeit des eigenen Handelns, vor allem auch in Konfliktsituationen, zu hinterfragen.

Mehr Verständnis für den eigenen Hund

Das Ziel des Buches ist es, Hundehaltenden ein besseres Verständnis für das Lernvermögen ihrer Lieblinge zu vermitteln und Hinweise für ein faires Miteinander zu geben. Neben lerntheoretischen Inhalten und allerlei Trainingstipps werfen wir immer wieder einen Blick auf die Beziehung zwischen dem Menschen und seinem Vierbeiner, die im Hundetraining nicht selten eine viel zu geringe Rolle spielt.

Dieser Ratgeber hat nicht den Anspruch, eine individuelle Beratung für das Mensch-Hund-Team zu ersetzen. Dennoch werden unsere Ausführungen helfen, unterschiedlichste Trainingsmethoden und Ansätze zu hinterfragen und besser verstehen zu können.

Wer Konflikte mit seinem Hund gänzlich vermeiden oder seinen Hund ausschließlich mit Lob und Leckerli erziehen möchte, wird in diesem Buch nicht die passenden Antworten auf seine Fragen finden. Doch wer interessiert daran ist, einen ganzheitlichen Trainingsansatz mit seinem Hund zu verfolgen, und sich seinem vierbeinigen Liebling gegenüber fair und angepasst verhalten möchte, dem dient dieser Ratgeber als wertvolles Hilfsmittel.

Johanna Spahr
Alexander Schillack

INHALT

»Und – wie läuft's?« WO WIR AKTUELL STEHEN

Test: Wo stehe ich? Wo will ich hin?	8
Aus Fehlern lernen	10
Das Wissen über den Hund erweitern	11
Was wäre, wenn ...	12

»Es reicht!« WARUM WIR MANCHMAL AUSRASTEN

So treffen wir unsere Entscheidungen	18
Chronischer Stress macht krank	20
Zurück zur Entscheidungsfindung	22
Wie sich Stress auf den Hund auswirkt	23

»Unerzogen? Mein Hund doch nicht!« WARUM UNS SCHIMPFFEN PEINLICH IST

Müssen wir unseren Hund unbedingt schimpfen	26
Was genau ist ein wohlerzogener Hund?	27
Scham und Schuldgefühle	28
Was wäre Johannas Alternative gewesen?	31

»Moderne Zeiten!« IST UNSERE HUNDE- HALTUNG ARTGERECHT?

Wie wir vor Urzeiten auf den Hund kamen	34
Folgen der Domestikation	35
Unterschiedlichste Aufgaben für die Hunde	37
Vom Gebrauchshund zum Sozialpartner	38
Die Einteilung der Rassen	40
Rasstypische Talente	42
Artgerechte Haltung – ja oder nein?	47

Der beste Freund des Menschen	48
Lassie, Kommissar Rex und Co.	48
Hunde in den sozialen Medien	50
Das A und O der richtigen Kommunikation	52
Kommunikationsbarrieren auflösen	53
Übung: Versteht der Hund deine Nachricht?	55
Anpassung von Verhaltensweisen	56
Die Übung Stop & Go	58
Tipps von den Hundeprofis	60
Das Ausdrucksverhalten des Hundes	64
Auf die Rasse kommt es an	68
»Sieh's mal so!« WIE HUNDE LERNEN	71
Alles eine Frage der Konditionierung	72
Training versus Erziehung	72
Klassische Konditionierung	75
Komm, mach mit	77
Operante Konditionierung	78
Nicht gezeigtes Verhalten kann nicht belohnt werden	80
Strafe und Verstärkung	80
Selbstbelohnendes Verhalten	84
Man gewöhnt sich doch an alles, oder?	88
Gewöhnung und Sensibilisierung	88
So erzieht die Hundemutter	92
Partielle Verstärkung	94
Zurück zum Anfang	98
Beziehungsgeschichten	100
Das Eisbergmodell	102
Prioritäten vermitteln	103
Quality Time mit dem Hund	104

»Mach's dir leicht!« PROFITIPPS RUND UM DIE ERZIEHUNG

Sich den Alltag mit Hund erleichtern	108
Konsequent sein heißt fair sein	108
Checkliste für die Erziehungsregeln	110
»Wir können das noch nicht!«	113
Verhalten ist komplex	114
Die Crux mit den sozialen Medien	114

»Lass mal locker!« ENTSPANNTE ZEIT ZU ZWEIT

Konsequente Erziehung ist anstrengend ...	118
Gemeinsame Unternehmungen im Wald	119
Gymn-AST-ik für den Hund	126
Die Zeit mit dem Hund sinnvoll einteilen	129
Die Bedürfnisse des Hundes	130
Kleine Ursache – große Wirkung	131
Nicht immer alle Bedürfnisse erfüllen	134

»Kein Laisser-faire!« WIE WIR REGELN TROTZDEM DURCHSETZEN

Lässt sich vom Kind auf den Hund schließen?	138
Wann ist ein Hund ein Hund?	139
Unterschiedliche Erziehungsstile	141
Der eigene Wertekompass	145
Kann dein Hund das? Ein sinnvoller Trainingsaufbau	148
Welche Bedingungen müssen erfüllt sein?	148
Übung 1: Die Impulskontrolle trainieren	150
Übung 2: Die Frustrationstoleranz trainieren	151
Wann lernt der Hund am besten?	156

Unterschiedliche Rassen, Charaktere und Talente	160
Typische Talente	162
Hilfreiche Problemlösungen	164
Geschicktes Management führt zum Ziel	164
Hör auf dein Bauchgefühl	166
»Ich schaffe das!« 14 TAGE OHNE SCHIMPFFEN – DIE CHALLENGE	169
Los geht's – so kannst du es schaffen	170
14 Tage üben	171
Aller Anfang ist schwer?	171
Tag 1: Lerntheorie anhand der Übung »Stop & Go«	171
Tag 2: Die Übung »Auf der Decke bleiben«	173
Tag 3: Qualitativ hochwertig kommunizieren	175
Tag 4: Ruhe halten können	176
Tag 5: »Sitz« – ständig verwendet, selten gut gelernt	178
Tag 6: Weniger reden, mehr machen!	179
Tag 7: »Versteht du wirklich, was ich von dir will?«	181
Tag 8: Mach mal Pause!	182
Tag 9: Wie oft schaut dein Hund?	183
Tag 10: Den Blickkontakt verstärken	183
Tag 11: Komm mal runter!	184
Tag 12: Sich rausnehmen können	185
Tag 13: Habt Spaß!	185
Tag 14: Neue Wege gehen	186
Abschließend einige Ratschläge	186
Zu guter Letzt: Bleib dir und deinem Hund treu!	187
Adressen und Literatur	188
Impressum	192



2

»Es reicht!«

WARUM WIR MANCHMAL AUSRASTEN

Wir alle kennen das Gefühl, gestresst zu sein. Manchmal setzen uns gewisse Situationen, Projekte, Entscheidungen oder andere Reize so zu, dass wir schneller aus der Haut fahren, als uns lieb ist – dabei meinen wir es gar nicht so. Wie kommt es dazu, dass die ursprünglich lebenswichtige Reaktion Stress heute überwiegend negativ auf uns wirkt?

SO TREFFEN WIR UNSERE ENTSCHEIDUNGEN

Wie kann es sein, dass uns unsere Hunde so auf die Palme bringen, dass wir sie anschreien oder ausschimpfen, obwohl wir genau wissen, dass sie kein Wort von dem verstehen, was wir da sagen? Und wieso können wir manchmal entspannt darüber lachen, wenn sie auf charmante Art und Weise versuchen, unsere Regeln und Grenzen auszuhebeln, während wir uns nur einen Tag später mächtig darüber aufregen?

Um das herauszufinden, befassen wir uns zunächst damit, wie wir Menschen Entscheidungen treffen. Das hängt von vielen Faktoren ab, denn die Entscheidungsfindung ist ein komplexer Vorgang, der sich in unserem Gehirn abspielt. Vereinfacht dargestellt läuft der Prozess in etwa folgendermaßen ab: Reize werden über die **SINNESORGANE** des Körpers wahrgenommen und als elektrisch-chemische Signale ans **GEHIRN** weitergeleitet. Von dort aus führen zwei verschiedene Wege zu einer Handlungsentscheidung. Der erste ist der langsame Weg. Über den Thalamus im Zwischenhirn gelangen die Reize in die Großhirnrinde, wo unser Bewusstsein sitzt. Auf diesem Weg finden **BEWERTUNGSPROZESSE** statt. Das heißt, die Reize werden auf Relevanz geprüft, ob sie bekannt oder unbekannt sind, ob eine Handlung notwendig ist oder nicht und, falls ja, welche Handlung Erfolg verspricht. Dieser Weg bietet viele Vorteile, denn wir beziehen unsere Erfahrungen, die wir schon einmal in einer ähnlichen Situation gemacht haben, mit in diese Entscheidungsfindung ein. So können wir jederzeit sinnvolle Entschlüsse treffen. Doch er hat einen entscheidenden Nachteil: Er ist vergleichsweise langsam.

Drohen akute Gefahren, brauchen wir sehr viel schnellere Lösungen. Hier kommt der zweite Weg der Entscheidungsfindung ins Spiel. Auf diesem gelangt der Reiz vom Thalamus über eine einzige Umschaltstelle in die Amygdala, den Mandelkern. Dort werden reflexhafte Angst-

reaktionen ausgelöst, noch ehe wir begriffen haben, um welchen Reiz es sich überhaupt handelt. Wir kennen diesen plötzlichen Anstieg von Adrenalin im Blut, wenn wir beispielsweise einen Stock im Gras mit einer potenziell tödlichen Schlange verwechseln. Diese Reaktion des Körpers ist eine **STRESSREAKTION** und hat uns über viele Jahrtausende der Evolution einen Vorteil gebracht. Wer lange darüber nachdachte, ob es sich wirklich um eine Schlange handelte und nicht nur um einen Stock, der wurde früher oder später von dem Reptil gebissen. Wer hingegen immer reflexhaft zur Seite sprang, auch wenn in 99 von 100 Fällen keine Schlange im Gras kroch, konnte einem Giftbiss entgehen und hatte so bessere Chancen zu überleben.

Kurz mal leistungsfähig durch Stress

Überleben ist ein gutes Stichwort. Charles Darwin gilt als Begründer der **EVOLUTIONSTHEORIE**. Sie besagt, dass eine Spezies, die sich besonders gut an die Umwelt anpassen kann, größere Chancen hat zu überleben und ihre Gene an die nächste Generation weiterzugeben. So setzen sich auf lange Sicht die besonders gut angepassten Arten durch. Da die Stressreaktion, die wir eben beschrieben haben, bei vielen Säugetieren ähnlich abläuft, können wir von einem evolutiven Vorteil ausgehen. Ein Blick auf die **KÖRPERLICHEN FOLGEN DER STRESSREAKTION** stützt diese Vermutung:

- Ausschüttung von Adrenalin, Noradrenalin und Cortisol machen uns wach, aufmerksam und bereit für Kampf oder Flucht.
- Unser Puls wird beschleunigt, damit die Muskeln mit genügend Blut und damit Sauerstoff versorgt werden.
- Die Blutgerinnung wird erhöht, damit bei Verletzungen weniger Blut verloren wird.
- Akut unwichtige Bereiche des Körpers wie das Verdauungssystem werden gedrosselt, damit dort keine wichtige Energie verloren geht.
- Unsere Fähigkeit für Mitgefühl wird herabgesetzt.

Der Mandelkern steuert diese Reaktion sehr schnell und unabhängig vom präfrontalen Cortex. Unser Körper ist für kurze Zeit **EXTREM LEISTUNGSFÄHIG** und kann auf die Bedrohung, die die Stressreaktion ausgelöst hat, sehr schnell reagieren.

Uns Hundemenschen verschaffen die Spaziergänge mit unseren Lieblingen zwar zusätzlich Bewegung, doch statt Entspannung kommt oft neuer Stress auf: der Hund, der ständig an der Leine zieht, die Begegnung mit Artgenossen, die mit viel Gebell vonstatten geht, oder der Vierbeiner, der ausbüxt und wegläuft – dies alles sind weitere Stressfaktoren.

Zurück zur Entscheidungsfindung

Ob wir nun also mit Gelassenheit oder Anspannung auf das Verhalten unserer Hunde reagieren, hängt von unserem inneren Zustand (»Wie gestresst sind wir?«) und unserer Veranlagung ab. Denn nicht jeder Mensch hat ein in gleichem Maß sensibel arbeitendes Stresssystem. Einerseits wird durch die Erlebnisse in den ersten Lebensjahren der Körper auf die Belastungen im Leben vorbereitet. Wer also in einem Lebensraum mit vielen Gefahren überleben will, sollte ein sensibleres Stresssystem haben, das schnell reagieren kann. Natürlich müssen wir heute keine Angst mehr davor haben, von wilden Raubtieren gefressen zu werden, doch zahlreiche Stressoren (stressauslösende Reize) sorgen in unserem Leben dafür, dass unser Stresssystem schon in der Kindheit auf ständige Gefahr gepolt ist.

Doch nicht nur selbst erlebter Stress sorgt für ein sensibles Stresssystem. In den letzten Jahren konnten Wissenschaftler:innen nachweisen, dass über Epigenetik Stresssysteme an die Nachkommen weitergegeben werden. Nagetiere zeigten Angstreaktionen auf negativ konditionierte Reize, die nur ihre Eltern, aber nicht sie selbst je erlebt haben. Wir können also davon ausgehen, dass wir auch die Belastungen der Stresssysteme unserer Großeltern und Eltern (Krieg, Hunger, Flucht) zumindest zum Teil in uns tragen.

Wenn wir sehr gestresst sind, treffen wir falsche Entscheidungen, sind tendenziell höher erregt und schimpfen eher mit unserem Hund. Dies ist eine logische Folge davon, dass unsere eigene Körperkontrolle nicht mehr so gut funktioniert und wir nicht mehr rational handeln können.



Wie sich unser Stress auf den Hund auswirkt

Übrigens haben Forscher:innen auch herausgefunden, dass unsere Hunde **ALLEIN ÜBER DEN GERUCH** mitbekommen, ob wir gestresst, verängstigt oder fröhlich sind. Für Hunde spielt die Welt der Gerüche eine wesentlich größere Rolle als für uns. Ihre Nasen sind so fein, dass sie die kleinsten Veränderungen unserer chemischen Ausdünstungen riechen können – mit der Folge, dass auch sie gestresster werden.

In Versuchen wurde gezeigt, dass Hunde in einer Situation gestresster reagieren, wenn ihre Menschen gestresst sind. Unser **DAUERSTRESS** ist also keine gute Voraussetzung für einen **ENTSPANNTEN SPAZIERGANG** mit dem Vierbeiner. Da wir den Hunden nichts vormachen können, was die eigene Stimmung betrifft, hilft es nur, unsere Stimmung zu ändern.



AUF EINEN BLICK

- Stress ist eine ursprünglich sinnvolle Reaktion des Körpers zur (kurzzeitigen) Anpassung an die Umwelt.
- Chronischer Stress macht uns krank. Unser Verstand wird bei Entscheidungen umgangen. Das führt zu Fehlern und inkonsequentem Verhalten.
- Wie reaktiv unser Stresssystem ist, haben wir nicht in der eigenen Hand. Durch frühe Erfahrungen und Epigenetik wird das Stresssystem geprägt.
- Hunde können riechen, ob wir entspannt oder gestresst sind. Durch Stimmungsübertragung passen sie sich unserer Emotion an. Es ist also an uns, unsere Stimmung so auszurichten, dass wir einen entspannten Umgang mit dem Hund pflegen können.



9

»Ich schaffe das!«

14 TAGE OHNE SCHIMPFEN - DIE CHALLENGE

In diesem Buch haben wir dir einige Impulse, praktische Übungen und theoretisches Wissen an die Hand gegeben.

Nun gilt es, dies alles in den Alltag und die Erziehung deines Hundes zu integrieren. Probiere es aus und versuche es einmal ohne schimpfen!

LOS GEHT'S – SO KANNST DU ES SCHAFFEN

Gewohnheiten und Verhaltensweisen verändern sich nicht von heute auf morgen. Am besten macht man sich die eigenen Verhaltensweisen bewusst und passt sie immer wieder an, um Veränderungen zuzulassen und diese auch langfristig in den Alltag zu übernehmen.

In den kommenden zwei Wochen darfst du dich gezielt darauf fokussieren, das neu Erlernte aus diesem Buch in euren Alltag zu integrieren. Nun geht es darum, durch dein planvolles Handeln Konflikte mit dem Hund konstruktiv zu lösen, ohne dass du dabei deinen Emotionen unkontrolliert »Luft machen« müsstest. Wir wollen dich auf diesem Wege unterstützen und haben für dich und deinen Hund eine tolle Herausforderung zusammengestellt. Unser Ziel: Du schaffst es, 14 Tage lang nicht zu emotional, nicht irrational und nicht übertrieben negativ auf das Verhalten deines vierbeinigen Lieblings zu reagieren. Kurz: **DU SCHIMPFST 14 TAGE LANG NICHT MIT DEINEM HUND!**

Das Gelernte in die Praxis umsetzen

Uns ist natürlich bewusst, dass jedes Mensch-Hund-Team ganz individuell funktioniert. Jeder Mensch ist anders, und jeder Hund hat seine ganz persönlichen Themen, die er mitbringt. Daher haben wir die Challenge so gestaltet, dass sie für alle Leser:innen einen Mehrwert bietet, ohne zu sehr an der Oberfläche zu kratzen. Unsere konkreten Übungen und Handlungsvorschläge sind auf der einen Seite allgemein gehalten, regen aber gleichzeitig zum **BEOBACHTEN, LERNEN UND REFLEKTIEREN** an. Wir sind uns sicher, dass du mit dieser Challenge die Inhalte des Buches vertiefen und deinen Hund besser verstehen wirst. Im besten Fall fühlst du dich danach gut, weil du 14 Tage lang nicht unnötig mit deinem Hund geschimpft hast und die im Buch gelernten und in der Challenge angewendeten Dinge in den Alltag übertragen kannst.

14 Tage üben

Wenn wir 14 Tage lang aktiv an unserem Verhalten und dem unseres Hundes arbeiten, können wir bereits einiges erreichen, aber vielleicht nicht alles, was wir uns wünschen. Hunde, die ein ernsthaftes Problemverhalten an den Tag legen, werden es sicher nicht so schnell ablegen. Daher unser **DRINGENDER APPELL** an dich: Mach bitte nichts, wobei du ein ungutes Bauchgefühl hast oder du denkst, das könnte dich, deinen Hund oder Dritte in Gefahr bringen. Wenn du nur den kleinsten Zweifel hast, ziehe bitte immer einen professionellen Hundecoach hinzu, der dich bei deinem konkreten Problem beraten kann. Aber genug geredet. Lass uns am besten gleich beginnen. Du hast sicher Lust, deine erste Aufgabe kennenzulernen. Auf geht's! Wir wünschen dir **VIEL ERFOLG UND VIEL SPASS** bei der Umsetzung der einzelnen Übungen.

Aller Anfang ist schwer?

Nicht bei unserer »14-Tage-ohne-Schimpfen-Challenge«! Den Anfang macht die Lerntheorie, bei der es um Übungsaufbau und lerntheoretische Mechanismen geht. Denk daran, dass dein Hund in den meisten Situationen eher **AUF SEINEN VORTEIL BEDACHT** ist und nicht Dinge bewusst ausführt, um dich auf die Palme zu bringen.

Wir wollen in den nächsten zwei Wochen **VERSTÄNDNIS FÜR DAS VERHALTEN UNSERES HUNDES** erlangen und uns möglichst nicht persönlich angegriffen fühlen. Dabei kann es helfen, die reine Sachebene zu betrachten. Das heißt, beobachte zunächst nur, anstatt direkt zu interpretieren. In einem Beispiel sähe das so aus: Die Beobachtung »Der Hund geht aus dem Zimmer und legt sich mit dem Rücken abgewandt in sein Körbchen« beschreibt schlicht sein Verhalten. »Jetzt ist er beleidigt« ist eine (menschliche) Interpretation.

Tag 1: Lerntheorie anhand der Übung »Stop & Go«

In Kapitel 4 hast du die einfache und doch so herausfordernde Übung »Stop & Go« kennengelernt (siehe Seite 58). Schau dir nochmals das Video an, das du von dir und deinem Hund gemacht hast. Wenn du den kleinen Film nicht mehr hast – gar kein Problem. Geh noch einmal

Raus aus der Schimpf-Falle!

Schimpfen ist bei vielen Hundehaltenden Teil der Erziehung. Wenn der Hund etwas angestellt hat oder nicht hören will, wird geschimpft. Aber kann Schimpfen auch schaden? Und geht es überhaupt ohne? Tatsächlich kann Schimpfen, auch wenn es kurzfristig zu funktionieren scheint, eine gegenteilige Wirkung haben: Unsere Hunde können unser Verhalten oft nicht richtig deuten, und der Lerneffekt ist selten positiv.

Die Hundeprofis Johanna Spahr und Alexander Schillack zeigen in diesem Buch, wie unsere Hunde wirklich verstehen, was wir von ihnen wollen, und wie wir mit planvollem Handeln zum Ziel kommen. Die Kommunikation steht dabei im Mittelpunkt, Regeln und Konsequenzen muss es aber auch geben. Mit Klarheit, Fairness und Konsequenz lassen sich Konflikte viel besser lösen als mit Lautstärke.



**Probier's einfach aus:
14 Tage ohne Schimpfen
Die Hunde-Challenge**



WG 424 Hobbytierhaltung
ISBN 978-3-8338-8470-2



www.gu.de