

Psychologie

Ein Verhaltensberater oder Hundetrainer darf in dieser Situation nicht nur Blicke für den gestreßten Hund haben. Wie sieht es mit dem Verhalten des Menschen aus?

Sorgen im Beruf, Spannungen in der Familie, Ärger mit den Nachbarn oder – nur scheinbar sehr viel nebensächlicher – ein Hund, der ständig wegläuft und nur dann gehorcht, wenn er gerade mal Lust dazu hat. Vergangenheits-, Gegenwarts- oder Zukunftsängste prägen das Leben und Verhalten der meisten Menschen unterschiedlich stark. Wie verschieden sie auf bestehende Sorgen und Probleme reagieren, hat der renommierte Erfolgsautor Dale Carnegie in seinem millionenfach verkauften Bestseller „Sorge dich nicht, lebe!“ in nur zwei Sätzen völlig zutreffend erfaßt. Zitat: „Zwei Gefangene sitzen in einer Zelle und schauen durch das vergitterte Fenster in die Ferne; der eine sieht den Schmutz, der andere die Sterne.“

Eine Frage der Einstellung

Daß es in ein und derselben Situation positive oder negative Gedankenstrukturen geben kann, erleben auch Hundetrainer Tag für Tag, wenn sie sich mit dem Befinden von Hundebesitzern konfrontiert sehen. Sätze wie „Wir haben da ein Problem mit unserem Hund, und ich kann mir kaum vorstellen, daß da noch was zu machen ist“ entspringen niemals dem Geiste eines optimistischen Hundehalters.

Stattdessen neigt der pessimistisch orientierte Hundehalter dazu, sich ablehnend abzuwenden, würde er die Worte des Optimisten vernehmen können, wenn dieser sich in einer annähernd gleichen Situation befände: „Wir haben da ein Problem mit unserem Hund, aber ich bin sicher, daß wir das mit Ihrer Hilfe hinbekommen.“ Zwei Menschen mit einer ähnlichen Sorge, denen ein Hundetrainer bereits nach den ersten gesprochenen Sätzen unterschiedliche Prognosen zuteilen kann.

Der Optimist hat dabei die deutlich besseren Karten, auch wenn ein Hundetrainer nicht selten dessen Euphorie an die Realität anpassen muß.

Hingegen fällt es meist viel schwerer, den grundlegenden Pessimisten davon zu überzeugen, daß ein erzieherischer oder



Mentaltraining La-Ko-Ko

In der
Ruhe
liegt die
Kraft!

Anspannung, Streß, Hektik – menschliche Emotionen haben einen großen Einfluß auf das Hundeverhalten. Wie Sie mit Hilfe des neuentwickelten La-Ko-Ko-Trainings auch in kritischen Situationen mit Hund alles im Griff haben, sagt Ihnen unser Experte Thomas Baumann.

Teil 1

gar therapeutischer Erfolg in erster Linie von dessen zukünftigem Umgang mit dem Vierbeiner und weniger vom Hundetrainer abhängt. Dieser kann lediglich die Anleitung zu einem besseren Miteinander geben und sollte dabei sein motivierendes Können vor allem gegenüber dem Zweibeiner in Szene setzen.

Die emotionale Komponente

Hätten Hundetrainer allerdings nur das Problem, sich mit den grundlegend verschiedenen Denkstrukturen leidgeplagter Hundebesitzer auseinanderzusetzen, wäre alles halb so kompliziert.

Doch da gibt es eine weitere elementare Herausforderung, die zwar immer wieder angespro-

UNSER AUTOR

Thomas Baumann ist Sachverständiger, erfolgreicher Fachbuchautor und Ausbildungsleiter eines Hundezentrums. In den vergangenen Jahren hat er sich insbesondere im Umgang mit schwierigen Hunden einen Namen gemacht. Neben zahlreichen Seminaren im Hundezentrum bei Dresden bietet er auch Auswärtsseminare an. Mehr unter www.dog-world.de

chen, aber im Moment noch sehr selten zum Arbeitsschwerpunkt eines Hundetrainers oder Verhaltensberaters gehört: die Emotionen des Zweibeiners.

Das Handeln eines Menschen wird ja nicht nur durch dessen Denkvorgänge geprägt, sondern selbstverständlich auch durch emotionale Befindlichkeiten. Nervosität, Aufregung und Unsicherheit können in kritischen Lebenssituationen den Umgang mit Problemen ungemein erschweren.

Es reicht daher nicht aus, die Denkstrukturen eines Hundebesitzers positiv und somit richtungsweisend zu motivieren. Mindestens genauso wichtig erscheint die optimale emotionale

Beeinflussung von bislang fehlgeleiteten Verhaltensweisen.

Spätestens an dieser Stelle ist leicht nachzuvollziehen, weshalb ein Hundetrainer oder Verhaltensberater ganz besondere Fähigkeiten im Beurteilen und Formen von menschlichem Verhalten haben sollte. Das scheinbare Hauptproblem mit dem Hund rückt deshalb im Trainings-Schwerpunkt häufig in den Hintergrund, denn Menschenverhalten formt Hundeverhalten.

Verhalten wird übertragen

Der jahrzehntelange Umgang mit zahlreichen Menschen und deren Hunden hat mir bewußt gemacht, daß meistens Umgangsfehler des Zweibeiners zu Fehlverhalten des Vierbeiners führen. Diese gesicherte Erkenntnis ist übrigens der einhellige Tenor nahezu aller Hundetrainer und Verhaltensberater, ganz gleich, nach welchen Methoden sie arbeiten.

Wenn es allerdings darum geht, das Problemverhalten des Menschen zu analysieren und zielgerichtet im Folgetraining zu beeinflussen, gehen die Meinungen in der Fachwelt schon wesentlich weiter auseinander. Ich habe das Gefühl, daß sich zwar sehr viele Fachleute der Erfordernis bewußt sind, den Menschen in seinem Verhalten zu ändern, um letztlich auch die Erfolge im veränderten Umgang mit dem Hund garantieren zu können, doch wie läßt sich menschliches Verhalten am besten ändern, damit der harmonische Einklang zwischen Zwei- und Vierbeiner wieder optimiert werden kann?

Helfen einem betroffenen Hundebesitzer gutgemeinte Tipps und Ratschläge tatsächlich? Kann die Vermittlung strategischer Kniffe und Tricks wirklich dazu beitragen, Probleme zu lösen? Sind sowohl moderne als auch traditionelle Hilfsmittel aus der Technik geeignet, Hundeverhalten grundlegend beziehungsweise nachhaltig und positiv zu verändern?

Hilfreiche Lösungsstrategien?

Irgendwie stoßen Fachleute bei der Beantwortung dieser Grundsatzfragen wiederholt auf übereinstimmende Ergebnisse:

- Tipps und Ratschläge (z.B. die Änderung der Hausstandsregeln) sind wichtig und helfen – sofern zutreffend – auch weiter. Aber viele Hundebesitzer haben, selbst bei bestem Bemühen, Probleme in der Umsetzung gutgemeinter Ratschläge.



Alle denkbaren Tips, Strategien und Hilfsmittel können sich als nutzlos erweisen, wenn beim Hundebesitzer anstelle von Ruhe und Gelassenheit Nervosität und Unsicherheit regieren.

- Die Vermittlung strategischer Kniffe (z.B. das Stehenbleiben oder gar Rückwärtsgehen, wenn der Hund übermäßig an der Leine zieht), kann manchmal etwas weiterhelfen. Aber viele Hundebesitzer beklagen nicht zu Unrecht die Unzuverlässigkeit vieler „So-wird-es-gemacht-Strategien“, die oftmals dann nicht funktionieren, wenn es sich der Zweibeiner am meisten wünscht.

- Technische Hilfsmittel (z.B. Clicker, Kopfhalter oder DUPLEX-Leine) können tatsächlich dazu beitragen, Hundeverhalten positiv zu beeinflussen. Und dennoch beteuern Hundehalter immer wieder, daß sie trotz gezielter Einweisung durch Fachpersonal im Zoogeschäft nicht oder nicht so recht mit den Hilfsmitteln klar kommen.

Der leider häufig eingeschränkte Nutzen von Ratschlägen, Strategien und Hilfsmitteln ist weniger eine mangelhafte Kompetenz der vermittelnden Fachleute, als viel mehr die logi-

Viele Hundehalter verbinden eine Hundebesitzer im Alltag mit einem ungewollten Nervenkitzel, der sich häufig eskalationsfördernd auswirkt. Doch keine Sorge, diese beiden Hundebesitzerinnen reagieren gelassen und sind „Herr der Lage“.

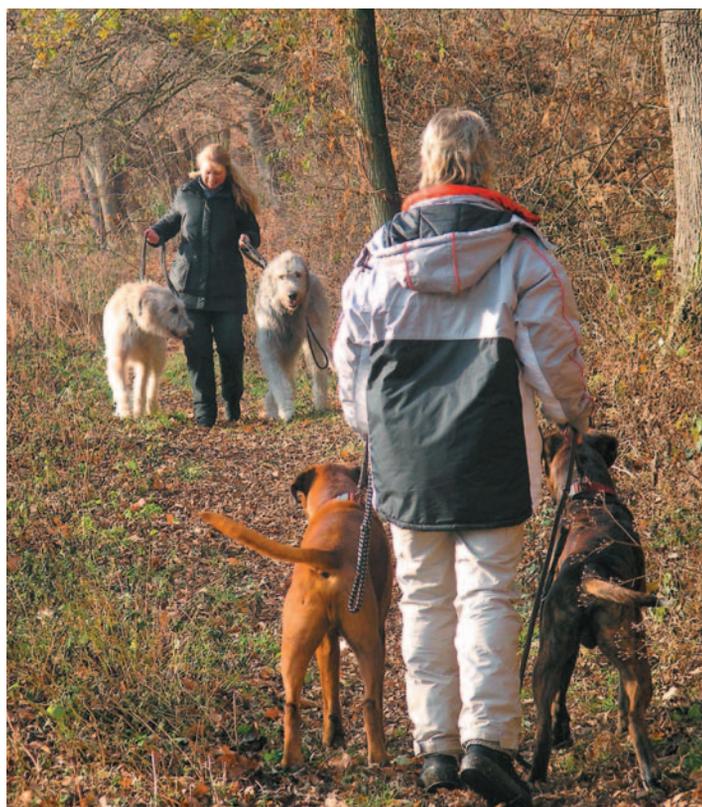
sche Konsequenz einer unzureichenden bzw. fehlgeleiteten Ursachenforschung. Bei genauerem Hinsehen sind die Sorgen und Ängste leidgeplagter Hundehalter mit einer Reihe emotionaler Strukturen verbunden, die dem

unerwünschten Hundeverhalten ein völlig ungeeignetes Menschenverhalten gegenüberstellen.

So hat beispielsweise die überwiegende Anzahl der Besitzer sozialaggressiver „Raufer“, die sich bevorzugt und lautstark auf Artgenossen stürzen, ein persönliches Erscheinungsbild, das nicht nur Sorgen und Ängste signalisiert. Aus Angstverhalten resultierend entspringen bei einer bevorstehenden Hundebesitzerbegegnung weitere unangenehme Empfindungen, wie z.B. Hektik, Unsicherheit, Nervosität, Herzklopfen und Aufregung, bis hin zur im Einzelfall eintretenden Hysterie. Daraus ergibt sich ein Stimmungsbild, das der eigentlichen Zielstellung – in Streß-Situationen ruhig und gelassen bleiben – deutlich widerspricht. Es beginnt sehr schnell ein Teufelskreis in Sachen Stimmungsübertragung, bei dem gutgemeinte Ratschläge, Strategien oder auch Hilfsmittel kaum noch oder nur sehr eingeschränkt helfen.

Neuer Ansatz für Zweibeiner

Seit ungefähr einem Jahr arbeiten wir in unserem Hundezentrum mit hoher Intensität und Erfolg an einem mentalen Spezialtraining zur positiven Veränderung des Stimmungswandels beim Zweibeiner. Im Kern setzt dieses mentale Training für den Hundebesitzer exakt an einer der ursächlichsten Stellen für Problemverhalten an: Anstelle von Hektik



Psychologie

und Nervosität sollen, auf einem möglichst effektiven Trainingsweg, Ruhe und Gelassenheit treten – und dies nicht durch altbekannte Muster, wie Tips und Ratschläge, sondern in erster Linie durch praxisorientierte Übungselemente.

Die Trainingseinheiten beginnen ohne Ablenkung und Provokation und enden – nach erkennbaren Fortschritten – in Streßbereichen, die in der Regel ausgeprägter sind, als der Alltag sie bieten kann.

Keine Sorge! Da ist kein Trainer, der vorgibt, eine völlig neue und bahnbrechende Erfindung ins Leben gerufen zu haben. Das Training selbst enthält unterschiedliche Elemente aus bereits bekannten und bewährten Methoden der Hundeerziehung und der Verhaltenstherapie. Neu sind lediglich Art und Weise der Anwendung sowie der strukturelle Aufbau des praktischen Trainings. Neu ist deshalb auch der Trainings-Begriff: La-Ko-Ko.

Der leicht über die Lippen gehende Begriff La-Ko-Ko entstand aus den drei wesentlichen Inhalten des mentalen Trainings:

La – steht für die bewußte **Langsamkeit** der Durchführung aller Übungen

Ko – für **Konzentration** (während des Trainings zu 100 Prozent auf den Hund gerichtet)

Ko – für **Koordination**, die auf körperlicher und geistiger Ebene neu realisiert werden soll

Die spanische Mix-Hündin Zora ist aufgrund ihres Temperaments nur schwer kontrollierbar. Das La-Ko-Ko-Training soll ihrem Frauchen helfen, sie mit ruhiger und souveräner Konsequenz zu „bändigen“.



Wozu soll Langsamkeit gut sein? Was sollen Übungen bezwecken, die mit extrem langsamen Bewegungsabläufen durchgeführt werden?

Erinnern wir uns an das Problemfeld des stimmungübertragenden Hundebesitzers: Er ist meist hektisch, unsicher und aufgeregt. Millionen Menschen weltweit, die den negativen Auswirkungen des Alltagsstresses entweichen wollen, schwören auf die unbestrittenen Erfolge der Tiefenentspannung. Wir kennen diese mentale Entspannung vor allem unter den drei wesentlichen Begriffen Yoga, Autogenes Training oder Meditation. Genau betrachtet, sind diese Entspannungsübungen eine weitere Steigerung der Langsamkeit.

Langsam zur Entspannung

Jetzt gibt es zwar versuchsweise Bemühungen, gestreßte Hunde und ihre aufgeregten Halter mit „Doga“ und Yoga in eine gemeinsame Tiefenentspannung zu führen, doch nach persönlichen Erkenntnissen haben weniger die Hundebesitzer, als deren Vierbeiner Probleme, auf diesem Wege zum mentalen Einklang zu finden.

Ein offensichtlich besserer Erfolg in Sachen mentaler und vor allem beidseitiger Entspannung ist innerhalb der La-Ko-Ko-Übungen mit der „Langsamkeit“ zu verzeichnen – zumal dabei eine wesentlich intensivere Annäherung an kritische Alltags-Situationen erreicht werden kann.

Viele Trainer schwören darauf, einen angeleiteten, sozialaggressiven Hund bei einer unmittelbar bevorstehenden Hundebegegnung möglichst schnell am Konfliktherd vorbeizuführen. Durch



Nahezu alle Hundebesitzer, die Führprobleme mit ihrem Vierbeiner haben, neigen in kritischen Situationen dazu, die Leine straff zu halten und – wie links deutlich – die Hände nach oben an den Körper zu ziehen. Dies treibt aber auch die emotionale Stimmung von Zwei- und Vierbeiner nach oben.



Fotos: Baumann

den hohen Energiefluß hat der Hund zwar weniger Möglichkeiten, sich auf den entgegenkommenden Artgenossen zu konzentrieren, jedoch ohne oder nur mit geringer mentaler Entspannung. Nach einigen Trainingseinheiten kommt auch der Zweibeiner mit den forcierten Bewegungsabläufen ganz gut zurecht und fühlt sich in seiner Führungsrolle etwas sicherer. Aber eben nur *etwas* sicherer.

Hektik und Aufregung in kritischen Situationen können nur die wenigsten Hundebesitzer komplett ablegen. Damit kann eine der Hauptursachen (aufgeregter Hundebesitzer) in eskalierenden Situationen eher selten erfolgreich beseitigt werden. Wenn jedoch schnelle Übungsabläufe nur eingeschränkt wirkungsvoll sind

und eine Entspannung im Sinne von Yoga auch wenig alltagsgerecht und hundekonform erscheint, dann liegt es doch nahe, eine Kompromißformel zu finden, bei der beide – Hund und Besitzer – zu einer möglichst weitreichenden mentalen Entspannung gelangen. Nach einem Jahr intensiver La-Ko-Ko-Arbeit im Problemhunde-Training erhalten wir bis heute ein zunächst ungeahntes, positives Gesamtergebnis.

Einen Gang runterschalten

„Langsam, langsam, nicht so schnell!“ ist der am häufigsten verwendete Satz, mit dem meine Frau und ich als Trainer unsere Kunden anleiten, wenn sie zum ersten Mal versuchen, mit ihrem

dual-geführten Vierbeiner im vorgegebenen Slalom oder im Stangen-Labyrinth auf und ab zu gehen. Die normale und somit auch gewohnte Gangart soll nämlich in ihrer Geschwindigkeit um zirka 70 bis 80 Prozent reduziert werden, sonst jedoch unverändert bleiben. Im Ergebnis sind die wenigsten Zweibeiner anfangs in der Lage, ohne ständige Korrekturen das geforderte langsame Gehen umzusetzen. Vereinzelt kommt es dabei sogar zu Gleichgewichtsschwankungen und zu Stolperaktionen.

Auch die Vierbeiner haben zu Beginn häufig Mühe, sich den erheblich verlangsamten und bis dahin unbekanntem Bewegungsabläufen ihrer Zweibeiner anzupassen. Meist preschen sie vor, kommen aber auch ins Stocken und zum Stehen. Anfangs findet sich in den wenigsten Fällen Gleichklang bzw. motorische Übereinstimmung. Das ist aber überhaupt nicht schlimm, denn ab jetzt gilt der Grundsatz: Der Weg ist das Ziel!

Erste Übungen mit Halti

Dieser Pfad ist anfangs ausnahmslos an den zusätzlichen Einsatz des Kopfhalters gebunden. Ohne Halti gibt es zunächst kein La-Ko-Ko, weil ein effektives Arbeiten ohne Kopfhalter in diesem Trainingsbereich enorm erschwert wird. Der Hundebesitzer vermittelt innerhalb der La-Ko-Ko-Übungen seinem Hund einen annähernd hundertprozentigen Führungsanspruch. Wenn er dies seinem Vierbeiner nur über Leine und Halsband oder Geschirr vermitteln will, so ist gerade bei schwierigen Hunden der Mißerfolg vorprogrammiert. Auf der Strecke bleiben dann umgeworfene Slalomhüte und Labyrinthstangen, mit denen anscheinend Mikado gespielt wurde. Der Kopf des Hundes muß von Beginn an in die langsamen Bewegungsabläufe eingebunden werden, und da gibt es zum Halti keine Alternative.

Während im Slalom die langsamen Bewegungsabläufe noch fließend ineinander übergehen, wird im Stangen-Labyrinth vor jeder Wendung für etwa zwei bis drei Sekunden das ruhige Stehenbleiben geübt. Dabei führt der Hundebesitzer – je nach Typ Hund – extrem langsam und ruhig streichelnde Handflächenberührungen von der gegenüberliegenden Schulter des Hundes über dessen Oberarm bis hin zum Ellbogen durch. Leckerli, Spielzeug und weitere Motivationsgegenstände sind völlig tabu. Im La-Ko-Ko-Training würden sie näm-

lich das Ziel des entspannenden mentalen Einklangs völlig zu nichte machen. Ein Hund soll in dieser Form des Trainings nicht erregt und stimuliert werden, sondern ganz im Gegenteil körperliche und psychische Ruhe erlangen, ausschließlich die soziale Nähe sowie ständig wachsende Ausgeglichenheit seines Zweibeiners spüren und später auch genießen können.

Veränderte Körperhaltung

Die für einen nicht informierten Außenstehenden albern anmutenden La-Ko-Ko-Übungen haben aufgrund der durch den Trainer angeleiteten Langsamkeit eine beachtliche „Nebenwirkung“ bei nahezu allen Hundebesitzern. Obwohl ihnen zu Beginn der Übungen bewußt ist, daß jegliche streßfördernde Ablenkung ausgeschlossen wird, sind sie meist aufgeregt, angespannt und nervös. Zu erkennen ist dies insbesondere an den nach oben angewinkelten Armen und den dabei meist über die Hüfte, teilweise bis an die Brust hochgezogenen Händen, die meist krampfhaft die Leine festhalten.

Doch von Übungsminute zu Übungsminute verändert sich aufgrund der kompetenten und



Zoras Halterin beginnt, emotional „herunterzufahren“. Die Leinenführung wird nur noch über die Handgelenke gesteuert. Der Führungsanspruch wird dennoch konsequent und unnachgiebig vermittelt. Noch wird in dieser frühen Trainings-Phase auf Ablenkung bewußt verzichtet.

BuchTip

Thomas Baumann
...DAMIT WIR UNS VERSTEHEN
Die Erziehung des Familienhundes
Baumann-Mühle-Verlag,
5. Auflage 2005, € 19,90



Bezug über Fax: 03 52 09/2 02 34; E-Mail: dogworld@t-online.de



Thomas Baumann
WAS HÜNDCHEN NICHT LERNT...
Welpen und Junghunde verstehen, prägen und erziehen
Baumann-Mühle-Verlag,
3. Auflage 2005, € 14,90
Thomas Baumann

permanenten Anleitung die meist verspannte Körperhaltung. Die Arme gleiten immer weiter nach unten, die Hände öffnen sich leicht und lockern den verkrampt wirkenden Leinengriff zusehends. Eine körperliche Entspannung der Hundebesitzer ist für jeden, der etwas genauer hinsieht, deutlich erkennbar.

Ebenso deutlich ist zu diesem Zeitpunkt festzustellen, daß die anfangs ständig unruhig unterbrochenen Bewegungsabläufe des Hundes, das stockende oder vorprellende Gehen, immer mehr in langsam fließende und zunehmend harmonisch wirkende Bewegungsabläufe kanalisiert werden.

Zeit, sich wohl zu fühlen

Wenn der Zeitpunkt gekommen ist, an dem sich der übende Hundebesitzer körperlich „fallenläßt“ (die Arme hängen locker am Körper, an der Leine erfolgen Zugbewegungen nur noch leicht durch feine Korrekturen aus dem Handgelenk), ist dem Trainer bewußt, daß die körperlichen Signale auch auf eine mentale Entspannung hinweisen. In dieser Situation gibt es so gut wie keinen Hund, der sich dieser ruhigen und weichen Führweise noch entziehen möchte. Beide, Hund und Hundeführer, wirken gelöst und entspannt. Zeit für eine kleine Pause. Viele Hundebesitzer sprechen übrigens bereits zu diesem Zeitpunkt von einer so empfundenen Wohlfühlphase.

Die Vermittlung der Langsamkeit im Slalom und im Labyrinth – ohne Streß von außen – ist lediglich der wichtige Einstieg in ein Trainings-System, bei dem es nachfolgend um viele weitere Bausteine wie Stimmenklang, Konzentration, Koordination und vor allem um eine kontinuierlich ansteigende Konflikt-Zufuhr von außen geht. ●

Fortsetzung folgt