



Konditionierte Entspannung



Ihr Hund freut sich tierisch, wenn Besuch zu Ihnen kommt und kann sich dann vor Aufregung gar nicht mehr beruhigen? Ihr Hund ist in vielen Situationen so aufgeregt, dass kein Wort mehr von Ihnen zu ihm durchdringt? Ihr Hund hat Angst vor dem Tierarzt und Sie würden ihm gerne helfen die Situation gelassener zu überstehen?

Viele problematische Verhaltensweisen unserer Hunde sind das Ergebnis eines zu hohen Erregungsniveaus. Umso erregter ein Hund ist, desto stärker fallen seine Verhaltensreaktionen auf einen Umweltreiz aus. Um effektiv an einer Verhaltensänderung arbeiten zu können, muss an alle Ebenen der Verhaltensentstehung gedacht werden. Bevor ein Hund Verhaltensreaktionen zeigt, finden schon Veränderungen auf der emotionalen Ebene statt und das Erregungsniveau steigt an.

Entspannung, der Gegenspieler von Aufregung und damit auch von Aggression und Angst, hilft die Verhaltensreaktion zu schwächen. Dies bedeutet, dass der Hund weniger stark aufgeregt ist und damit auch weniger intensives Angst- bzw. Aggressionsverhalten zeigt.

Das Tolle ist, dass Entspannung konditioniert und aktiv in aufregenden Situationen ausgelöst werden kann.

Konditionierte Entspannung wird über Klassische Konditionierung aufgebaut, d. h. ein entspannter Zustand wird mit einem Signal verknüpft. Als Entspannungssignal kann entweder ein Wort, ein bestimmter Geruch, ein optisches Signal (Halstuch, Decke) oder Berührungen (taktiles Signal) verwendet werden.

Um die Entspannung zu konditionieren gilt es etwas zu finden, was den Hund relativ schnell entspannt. Hier helfen oft massieren und streicheln. Beginnt sich der Hund nun auf die



Berührungen hin zu entspannen, kann das Entspannungssignal eingeführt werden: Wort sagen oder den Duft zum Hund legen, anschließend den Hund wie gewohnt mit den Berührungen entspannen. Mag der Hund nicht angefasst werden oder kann sich dadurch nicht entspannen, wartet man bis der Hund sich von selbst entspannt und legt dann das Dufttuch bzw. sagt das Wort in diesen entspannten Zustand hinein.

Um die entspannte Verknüpfung aufrecht zu erhalten, muss das Entspannungssignal immer wieder mit dem entspannten Zustand aufgeladen werden.

Wichtig! Konditionierte Entspannung bedeutet nicht, dass sich der Hund nach dem Entspannungssignal schlafen legt und damit alle Probleme behoben sind. Konditionierte Entspannung senkt das Erregungsniveau kurzzeitig soweit herab, dass der Hund wieder ansprechbar wird, auf Signale reagieren und ein Alternativverhalten abgefragt werden kann.

Entspannungstraining nach Dr. rer. nat. Ute Blaschke-Berthold, CumCane



Möchten Sie mehr über die Konditionierte Entspannung, ihren Aufbau sowie die Anwendung erfahren? Als von CumCane® geschulte Trainerinnen stehen ich, Sabrina Reichel, Hundeschule VitaCanis, und meine Partnerin Sabine Zeuß, Hundeschule NaturaCanis, gerne beratend zur Seite. Oder nehmen Sie an unserem Seminar **Relaxed Dog - Entspannungstraining für Hunde** teil. Den nächsten Termin finden Sie im [Veranstaltungskalender](#).