

VALPKURS

Karma Hundcenter - Anahita Kolahdozan



LUGNANDE MASSAGE

Lugnande massage (lugn och trygghet)

- Sätt dig i lugn och ro, ta in hunden mellan dina ben/vid sidan av dig.
- Sätt händerna på hundens skuldror/ bogen och gnugga försiktigt.
- Dra handen långsamt från hundens huvud ner till svansroten.
- Ta tag i ena öronlappen och gnugga lite mjukt och försiktigt. Upprepa med andra örat.
- Vi vill att hundens ska självmant lägga sig ner/sitter och slappnar.
- Använd godis/tuggpinne för den otåliga valpen.
- Händerna blir så småningom en signal för att lugna ner sig. Öva in korta stunder varje dag (15-30 sek) för bästa effekt och öka tider gradvis.

Kan användas när: man vill lugna ner valpen efter en lång dag med många intryck, när valpen har varit med om något den upplever som jobbigt, när valpen har svårt att varva ner eller är extremt bitig.

GODIS VID ÖGAT

Godis vid ögat (kontakt övning)

Steg 1

- Ha hunden framför dig, Visa godiset och håll den vid ögat.
- När hunden tittar på godiset, säg beröm/säg yes och belöna.

Steg 2

- När hunden har förstått steg 1 kan du börja hålla godiset längre bort från ansiktet. Vänta på att hunden ska söka ögonkontakt. Beröm/säg yes och belöna.
- Du ska inte locka hunden genom att göra ljud eller säga hundens namn. Hunden ska få tänka själv. Om du märker att hunden tappar intresse betyder det att ni har gått fram för snabbt och att det är för svårt för hunden. Backa i träningen till steg 1 och öva på den mer.



YES

Förstärk beteende med YES

- Varje gång hunden gör rätt förstärk det med ett YES. Du kan även välja ett annat ord som du inte använder mycket till vardags, ex jupp, yeay, si.
- Genom detta förstärker du exakt det beteende du vill ha samtidigt som du vinner några extra sekunder för att plocka fram belöning.
- Detta kan liknas vid att klicka in rätt beteende. YES kommer där man vanligtvis klickar med klickern.



LÅT BLI

Låt bli (lär valpen att låta bli saker på marken)

Steg 1

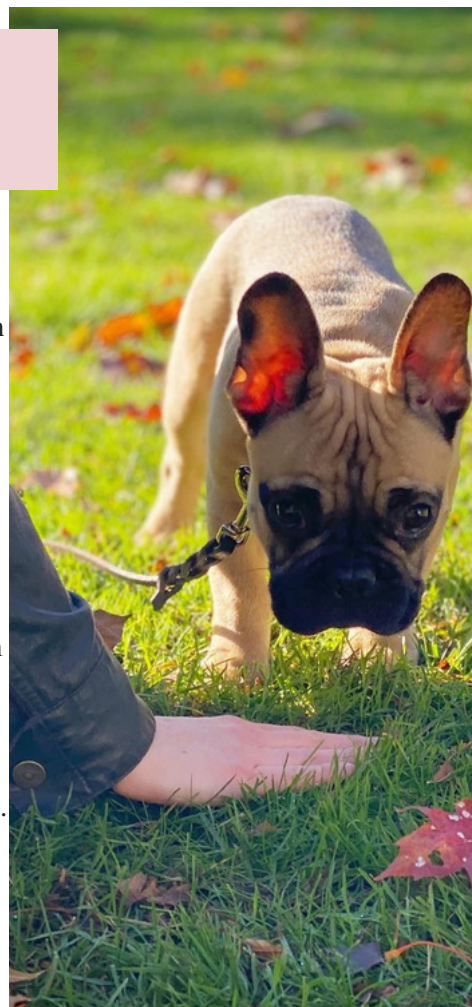
- Lägg en godbit på marken. Sätta handen över. Om valpen går mot den för att försöka ta godiset ska du kasta bort den bakom valpen och låta valpen ta den. Det gör vi för att skifta hunden fokus och riktning.
- Efter ett par repetitioner kommer valpen låta bli att gå mot godiset och din hand när du tar fram den. Säg Yes, ta upp godiset och belöna hunden där den sitter. För vissa valpar kommer det krävas flera dagars träning innan hunden förstår övningen.

Steg 2

- När hunden har förstått övningen och alltid väntar när du lägger fram godisbiten kan du ta bort din hand från godiset så den är blottad, när hunden låter bli, säg yes, ta upp den och belöna. Om hunden skulle försöka ta godiset kastar du bara bort den och säger varsågod.
- När hunden har förstått övningen kan du lägga på kommandot, låt bli.

Steg 3

- När valpen klarar av steg 1 & 2 kan du börja försvåra övningen lite genom att droppa godbiten när du står, var redo med att lägga foten över om valpen skulle vilja ta den. Du kan försvåra mer genom att droppa flera bitar och även stå längre och längre bort från valpen när du gör övningen.



KONTAKTLJUD

Kontaktljud (följsamhet, uppmärksamhet, fokus)

- Ha hunden nära, gör kontaktljudet, ex pussljud, smackande, klickande mm, och ge hunden en godis direkt efter Upprepa 10 ggr och byt plats. Gör om 3 ggr/dag i en vecka.
- Börja använd kontaktljudet utomhus efter att ha betingat den hemma i en vecka. I början är det viktigt att det inte finns störningar i närheten när du använder kontaktljudet utomhus.
- Prova sedan att göra ljudet när hunden tittar på något annat för att få tillbaka hundens uppmärksamhet. Beröm/säg yes och belöna varje gång hunden lyssnar till kontaktljudet.



BALANSERAD & VÄLMAENDE HUND

Harmonisk vardag

För att hunden ska vara i balans och ha en mer harmonisk vardag behöver vi titta på helheten och se till att allt hunden behöver blir tillgodosedd.

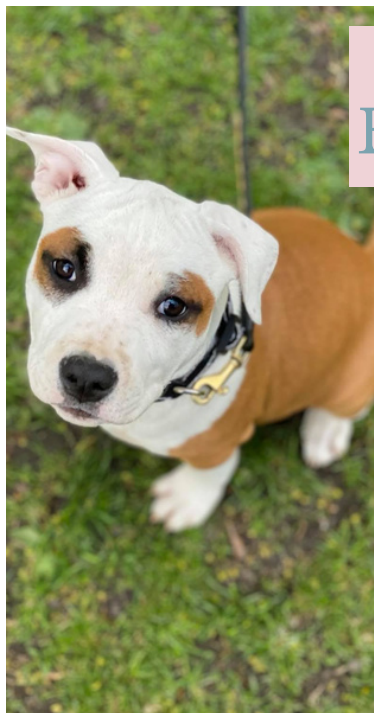
Träning i vardagsnyttiga övningar, som ni lär er på kurs, är bara en liten del av allt hunden behöver. Utöver det behöver hunden ha rätt mängd vila och återhämtning, fysisk aktivering, menta aktivering, berikning och bra hälsa.

I bilden nedan finns några exempel på vad som ingår under samtliga kategorier. Obalans i detta kan leda till att vi får olika beteende problem. Ex en hund som får för lite mental-, eller fysisk aktivering bli understimulerad och kan utveckla olika problembeteende så som vakt, skall för uppmärksamhet eller att den bli passiv/stänger av. Om vi däremot har för mycket mental-, eller fysisk aktivering får vi en hund som är överstimulerad och kan bli hyper aktiv, har svårt att varva ner, vila eller reagerar extra på ljud, rörelse mm.

Oavsett vilken av dessa delar som har en obalans, (att hunden får för lite eller för mycket) så påverkar det hundens välmående. Vi kan inte hoppa helt eller delvist över något hunden behöver och förvänta oss att hunden ska må bra och vara harmoniskt.

Vad som är rätt sort aktivering, berikning, rätt mängd vila och återhämtning beror på vad det är för ras, ålder, individ. hur den mår idag och hur den har levt tidigare. För att få en individanpassad träningsprogram kan ni boka in beteendeutredning med privatträning.





BELÖNINGSBANK OCH BELÖNINGSPACERING

Belöningsbank

Kan göras med både leksaker och gott. Duka fram olika sorters belöning för att se vad hunden föredrar och i vilken rangordning. Upprepa med var 3:e månad då hundar precis som oss kan ändra vad dem föredrar från period till period. Att veta i vilket värde olika belöningar har hjälper i träningen. I vissa övningar behöver vi högre värde för att motivera hunden medan i andra övningar som är enklare behöver vi mindre värde för att hunden ska vara närvarande och ha fokus på uppgiften istället för belöningen. Testa vad din hund uppskattar och rangordna.

Belöningsplacering

Belöna alltid där du vill ha hunden. Där du belönar hunden kommer hunden vilja vara.

LÅT HUNDEN TÄNKA

Låt hunden tänka

I dem flesta övningarna vill jag att hunden ska få tänka och klura ut vilket beteende som lönar sig. När hunden har klurat ut och börjat bjuda på det beteende jag vill ha, sätter jag in kommandot. Det här leder till att hunden måste vara närvarande, tänka och lär sig övningen på djupet och inte endast kopplat till ett kommando eller till din ägare.

Exempel: jag tränar min hund till att inte ta något som ligger på marken. När min hund förstår att den ska motstå det som ligger på marken, lägger jag in kommandot "låt bli". Så småningom när min hund ser något ligga på marken kommer den komma ihåg att "låta bli" lönar sig". Därför kan min hund låta bli det som ligger på marken även om den inte får kommandot "låt bli" av mig först.



TRE-GÅNGERS-REGLN

Tre upprepningar -regel

Jag har en regel om att man aldrig får upprepa något mer än tre gånger. Oavsett om det är hundens namn, kommandot kom, stanna, sluta, sitt, ligg, tass, kontaktljud osv.

Anledningen till detta är att ju fler gånger hunden hör ett kommando som den inte lyssnar på (oavsett anledning), desto mer kommer den uppleva det vi säger som tjat och kommandot tappar sin vikt. Alltså, matte/husse säger kom hela tiden, valpen väljer att fortsätta en stund till och sedan gå till dem efter en stund. För kommandot kommer ändå komma flera gånger oavsett vad hunden gör.

Om hunden inte lyssnar på det vi har sagt ska vi ändra strategi, kanske inte träna just idag eller pausa en stund. Låt inte det ni säger gå över till tjat i hundens öron.

FOKUS

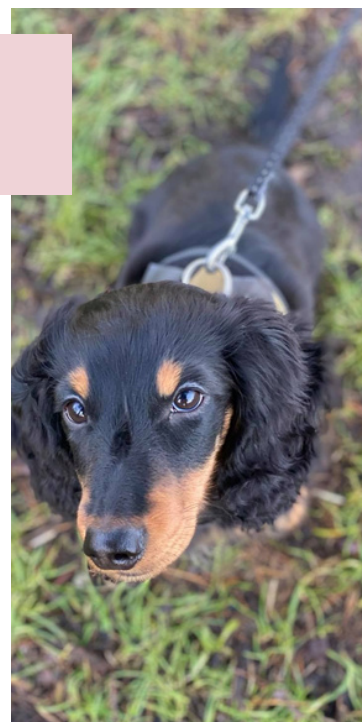
Fokus (självkontroll, koncentration och fokus)

Steg 1

- Ha hunden framför dig. Håll godis i handen.
- Starta ovanför hundens huvud, hunden ska fokusera på godiset/dig.
- För godiset rakt ner till hunden, om hunden sitter still och fokuserar, beröm/säg yes och belöna underifrån så hunden inte ska behöva resa på sig.

Steg 2

- När hunden har förstått steg 1 kan du börja lägga till rörelse på godiset. Rör handen åt sidorna med godiset och ta lite längre tid på dig innan godiset kommer ner hela vägen till hunden. När hunden sitter still och fokuserar på dig/godiset, beröm/säg yes och belöna.
- Försöker hunden ta godiset genom att hoppa, ta upp handen och börja om (du får i denna övning inte säga ordet Nej)



GODISREGN

Godisregn (avledning)

- Kasta en näva med godis och ropa ut "godisregn" för att avleda hundens uppmärksamhet. Hunden får då söka godis medan störningen passerar.
- Gör denna övning hemma ett par gånger om dagen tills hunden blivit välbekant med ordet "godisregn" innan ni tar ut den och testat den utomhus.
- Denna övning kan användas när ni går hemifrån för att lugna ner hunden om den är för exalterad. Den kan användas vid hundmöten, när ni får besök hemma eller vid andra situationer där störningen är nära för att hunden inte ska gå upp i varv eller stressa.

FRISIGNAL

Frisignal

- Varje gång ni är färdig med träning eller lek ska ni ge hunden en frisignal så hunden inte står och väntar på fortsättning eller för att en otålig hund ska orka hålla fokus hela vägen och inte självant lämnat mitt under träning.
- Kör gärna korta pass just för att hunden ska orka, max 3-5min/ träning. Sen kan det upprepas flera gånger om dagen men varje pass ska vara kort för att hunden ska orka och lära sig som mest. Ex på frisignal: fri, färdig, klar, slut...



LÄXA

1. Belöna spontan kontakt på promenaderna
2. Kontaktljudet
3. Lugnande massage - en liten stund varje dag
4. Låt bli - Steg 1



ÖVNINGAR FRÅN 2:A TRÄFFEN

Karma Hundcenter - Anahita Kolahdozan



FÖLJSAMHET MED SITT

Följsamhet med sitt

- Ha hunden framför dig, ha flera godbitar i handen.
- Backa några steg och vänta på att hunden ska följa. Locka hunden till att sätta sig genom att föra handen övre hundens huvud. När hunden sätter sig, sätt händerna mot bröstet på dig. Detta kommer bli din tysta signal på sitt. Beröm/säg yes och belöna.
- Om valpen tappar intresse eller inte följer med ska du ta färre steg bort från den samt locka med kontaktljudet. I den här övningen får man inte säga hundens namn, kom eller sitt. Detta för att vi vill att hunden ska tänka ut vad som lönar sig och självant välja att bjuda på det.

FILTRÄNING

Filträning (passivitet och trygg plats)

- Lägg ut filten, när hunden visar nyfikenhet och går nära filten. Beröm/säg yes och belöna.
- Belöna hunden när den har tassarna på filten genom att kasta godisbitar på filten. Upprepa 5 gånger och belöna sedan bort från filten så hunden lämnar filten på din signal, ex varsågod/lämna, Upprepa tills hunden självant väljer att gå tillbaka till filten efter frisignal.
- Öka tiden mellan belöningarna så hunden får möjlighet att lugna ner sig, sätta/lägga sig. Gör gärna övningen lugnande massage eller tuggben att tugga på så den kan lära sig att slappna av på filten.
- När hunden har börjat lära sig att vara kvar på filten kan du lägga på ett kommando ex filten, plats, vila.
- Filten kan tas med när ni åker kommunalt, hemma när du vill träna passivitet, hos en vän, på restaurang mm. Det är en lugn och trygg prats för hunden att vara på där den vet att ingen kommer gå fram och störa den.



STADGA - SITT KVAR

Stadga- sitt kvar

Syfte: Att hunden ska klara av att sitta/ligga/stanna kvar vid bestämd plats på kommando utan att behöva stressa eller gå upp i varv.

- Be hunden sitta kvar, visa även med handrörelse om du vill. Luta dig tillbaka lite, gå snabbt till hur du stod innan, beröm/säg yes och belöna om hunden sitter kvar.
- Gör som ovan men ta ett steg ifrån hunden, stanna en liten stund, gå sedan tillbaka, beröm och belöna om hunden sitter kvar.
- Öka succesivt antal steg ifrån hunden och hur länge du står innan du går tillbaka, berömm/säg yes och belöna om hunden sitter kvar.
- Avancera: Gör som ovan men lämna rummet nu så hunden inte ser dig, vänta en stund, gå tillbaka, beröm och belöna om hunden sitter kvar. Öka gradvis hur länge du är utanför rummet innan du går tillbaka. Be hunden sittandes på olika platser i rummet och i olika rum. När hunden klara av detta bra inomhus kan ni även öva på detta utomhus.
- När hunden klara av det kan ni lägga på störningar i form av att; lyft ena benet, lyft andra, lyft armen, andra armen, klappa, hoppa, snurra, dansa, lägg dig ner mm. Mellan varje störning ska du gå tillbaka till hunden och belöna.



GODISFONTÄNEN

Godisfontänen (gå i slakt koppel, följsamhet)

- Ha hunden vid din högra/vänstra sida. Ta ett steg och stanna, när hunden följer med, beröm/säg yes och belöna vid din sida/vis knät eller där du vill ha hunden.
- Om nu vill ha hunden på höger sida, belönar du med höger hand och håller kopplet med vänster hand.
- Ta ytterligare ett steg, belöna när hunden följer med. Upprepa tills hunden har förstått att det lönar sig att gå vid sidan.
- Sätt kommando för övning, ex sida, nära, fot...
- Öka gradvis antalet steg innan du belönar.



KOPPELTRÄNING



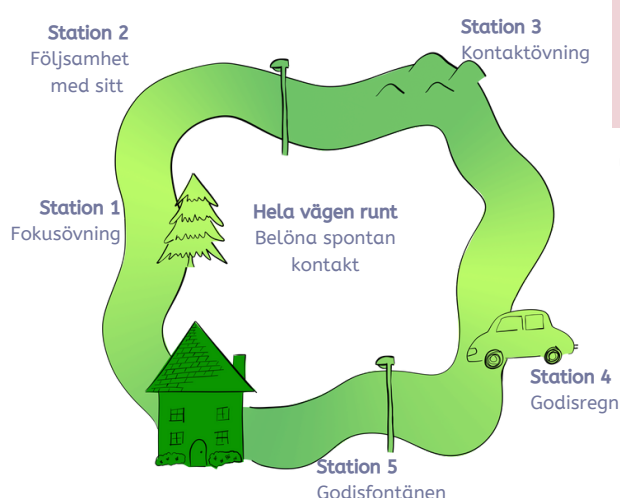
Koppelträning

För våra hundar är koppel ett konstigt och onaturligt fenomen som dem måste lära sig att förhålla sig till. Hundar som drar i koppel eller inte går fint är hundar som har svårt för konceptet koppel och förstår inte att det dem gör när dem är kopplade påverkar oss också. Därför är det viktigt att vi lägger ner tid på det, är konsekventa och övar mycket på koppelträning.

Att dra är självbelönande. En hund som drar och ibland kommer fram lär sig att det lönar sig att dra. Därför kommer den hunden att fortsätta med det och kanske dra ännu mer. Det viktigt att vara konsekvent i träningen för att snabbare få resultat.

Innan vi kan ställa kravet om att hunden ska gå fint i koppel behöver vi även tillgodo se hundens olika behov så som att ha fått kissa och bajsas, nosa, göra sig av med energi, spana mm. När hundens olika naturliga behov är tillgodosedda är det mycket enklare för den att gå fint i koppel också. För att få en följsamhund behöver även DU vara följsam. Se till att hunden ibland får välja vilken runda ni går, vilket tempo och vad ni gör på runda, självklart ska det ske inom ramar som är rimliga.

Viktigt att tänka på är att vi med kopplet inte ska dra i hunden, lyfta upp hunden eller rycka i kopplet då hunden känner obehag och även kan få skador. För att få en fin koppelgående och samarbete på promenaderna kan man berömma och belöna när hunden gör rätt och öva in det önskade beteende oavsett om det är att gå fint vid sidan eller sitta kvar framför oss. Träna dagligen på detta för att lägga en bra grund i koppelträning.



STATIONSTRÄNING

Stationsträning (förutsägbarhet vid inläring)

- Ha fasta stationer på er runda där ni stannar upp och gör något roligt. Gör ett par övningar/lek lite.
- När ni har gjort detta under en period kommer hunden förstå att varje gång ni kommer till en av stationerna så kommer ni stanna och göra övningar. Detta skapar förutsägbarhet för hunden och förenklar träningen för hunden.
- Välj stationer där det inte finns störning i början.
- Efter ett tag ska ni göra övningarna sporadiskt på olika platser där det även finns störningar.

LÄXA



ÖVNINGAR FRÅN 3:E TRÄFFEN

Karma Hundcenter - Anahita Kolahdozan

DEAD OR ALIVE

Dead or Alive (byteshandel, förebygga resursförsvär)

- Ha två likvärdiga leksaker, en i varje hand.
- Börja vifta med ena och gör det till en rolig lek för hunden. Lek en kort stund ihop därefter ska den leksaken bli "dead" genom att du håller den helt still samtidigt som du börjar vifta med den andra leksaken som blir "aliva".
- Hunden ska då släppa den ena leksaken och fånga den som du nu viftar med.
- Om hunden inte släpper ska du bara fortsätta vifta med den andra medan den hunden håller i är helt still.
- När hunden släpper och byter leksak ska du berömma och leka en stund igen innan du upprepar samma sak.



HANDTARGET

Handtarget

Steg 1

- Lägg en godbit mellan fingrarna och sträck ut handflatan. När hunden kommer fram med nosen, beröm/säg yes och belöna genom att låta hunden få godbiten.

Steg 2

- Ha godiset i ena handen, sträck ut andra handen utan godis mellan fingrarna. När hunden duttar sin nos i handen beröm/säg yes och belöna från andra handen. Upprepa.
- Variera vilken hand hunden ska dutta nosen i så hunden får lära sig att handtarget kan vara båda händerna och rörlig.
- **Denna övning kan användas i olika situationer.** Ex du vill att din hund följer din hand, som en magnet, du vill att din hund ska få välja om den ska hälsa på främlingar, inkallning, derigera hunden mm. Tänk på att det alltid är du som belönar om andra gör handtarget för din hund, så hunden alltid kommer tillbaka till dig.



BETINGA INKALLNINGS ORDET

Betinga inkallningsordet

- Välj ett inkallningsord som du vanligtvis inte använder till vardags så som hundens namn eller ordet kom. Detta för att vi vill att ordet inte ska tappa sin betydelse eller tjatas ut till vardags. Förslag på ord: hit, here mm.
- Säg inkallningsordet och ge hunden en godisbit direkt efter, alternativt lek med en leksak. Upprepa minst 30 ggr/dag i en vecka.



LÄXA

1. Betinga inkallningsordet
2. Handtarget

ÖVNINGAR FRÅN 4:E TRÄFFEN

Karma Hundcenter - Anahita Kolahdozan



TA DEN, LOSS

Ta den, loss

- Stå med hunden framför dig. Visa en leksak som den tycker om. När hunden greppar leksaken, säg kommandot: Ta den! Lek lite som belöning.
- Håll sedan en bit godis framför hundens nos så hunden släpper för att ta godiet. När den släpper leksaken, säg kommandot: loss.
- Upprepa så både kommandot; ta den och loss sitter.
- Om din hund inte vill släppa kan du testa att kasta eller rulla godiet framför hunden. Då blir den mer spännande och hunden kan lättare släppa taget.

PING PONG INKALLNING

Ping Pong inkallning

- Ha flera godisar i båda händerna. Lägg/kasta ner en godis på golvet/marken och säg varsågod.
- När hunden håller på äter på godiset springer du ifrån den några meter. Hunden kommer då uppmärksamma det och springa mot dig. Säg då inkallningsodet, beröm och belöna när hunden kommit fram. Upprepa.



HÄLSA MED HANDTARGET



Hälsa med handtarget

- När hunden har lärt sig vad en handtarget när kan du låta personen som vill hälsa på din hund hålla ut sin hand.
- Be hunden sitta för att den ska vara lugn innan du säger kommandot "hälsa". När hunden duttar nosen i personens hand, beröm/säg yes och belöna hos dig.
- Det är viktigt att belöningen alltid kommer från dig så hunden inte känner tvång att gå fram till en person som den inte vill hälsa på eller att hunden inte får en förväntan på att hälsa på alla människor den möter.



INKALLNING MED HANDTARGETET

Inkallning med handtarget

- Säg inkallningsordet och håll ut din hand synligt med handflatan utåt- handtarget.
- När hunden närmar sig ska du sänka handen så hunden kan dutta nosen i handen som är din handtarget. Belöna och beröm.

TIPS PÅ FORTSÄTTNING

Tips på fortsättning

- **Unghundskurs:** 6mån-3år
- **Temakurser (1 träff):** koppelträning, inkallning, nosaktivering, personspår, fokusera mera, kropps & knopp, allt du kan göra med handtarget, tyst inte ett knyst mm
- **Aktiveringskurser:** personspår, kropp & knopp
- **Privatträning:** för tillfällen då inga kurser passar men ni vill träna på något specifikt. Ex. ensam hemma träning, vardagslydnadsträning
- **Beteendutredning:** när något beteendeproblem dyker upp som ni behöver hjälp med att jobba bort. Ex. hundmötes problem, hanteringsproblem, resursförsvår, skäller på dörrklockan mm
- **Från reaktivitet till samspel:** kurs för hundar som har problem med hundmöten oavsett om det är pga frustration, rädsla, dåliga erfarenheter, stress.
- **Massage och friskvård:** I förebyggande syfte för att stärka upp hundens kropp.

