t

dogrelax
teamtraining mensch-hund

news letter
www.dogrelax.ch

Festtags-Newsletter 2025/26

Unsere Themen:

- **2025 im Rückblick**
- **Thema: «Selbstregulierung» ist nicht gleich «Impulskontrolle»**
- **Auch «sanfte Gewalt» ist eine Form von Gewalt!**
- **2026 – ein kurzer Ausblick bei Dogrelax**

Sie möchten den Newsletter als PDF lesen – **hier**, viel Spass! – Wir sind auch auf Facebook und Instagram, local und Google zu Hause, und freuen uns über positive Rückmeldungen.

Ein Jahr geht, das andere kommt. Garniert wird das Ganze mit der üblichen Festtagshektik, die ab etwa Mitte Dezember langsam Einzug gehalten hat. Die Gedanken an all das Schöne, Weihnachtliche und der «Gwunder“ darauf, was denn alles im 2026 auf uns wartet, vermischt sich jeweils mit den Sorgen, wie wir in diesen Tagen noch alles erledigen können! Wer sich dagegen nicht organisatorisch oder mental wappnen kann, läuft Gefahr, dabei die Alltagsstrukturen über den Haufen zu werfen und dabei in Stress zu geraten.

Vergessen wir dabei nicht unsere Hunde! Sie spüren diesen Stress und tragen ihn mit, was für sie ebenso belastend sein kann. Und wenn sie dies mit unerwünschten Verhaltensformen

zum Ausdruck bringen, dann geraten wiederum wir Menschen an unsere Grenzen. Unser Tipp: einfach «cool“ bleiben und ans Wohl unserer Fellnasen denken!

Erinnern wir uns doch gleichzeitig daran, wie viele tolle, unvergessliche Augenblicke uns die Hunde im ablaufenden Jahr geschenkt und damit Freude bereitet haben. Lassen wir diese Momente in unseren Gedanken nochmals zurückkehren und in unseren Herzen verankern.

Das 2025 im Rückblick

Viel Freude bringt uns auch dieses Jahresende der Rückblick auf den gesamten Kursbetrieb. Keine Unfälle, keine unangenehmen Zwischenfälle, viele neue Bekanntschaften und schöne Rückmeldungen. Unsere Beschäftigungs-Angebote Mantrailing und Fit-Mix erfreuen sich ungebrochener Beliebtheit. Dabei ist es auch für uns eine Freude, wenn wir beobachten, wie sich ein ruhiger, freundlicher Umgang positiv auf die Konzentration und die Arbeit des Hundes auswirkt, ohne dass wir dabei den Fokus auf die Leistung setzen.

Mehr um den Alltag geht es in unseren Grundkursen für Welpen und junge oder auch etwas ältere Hunde. Wir versuchen den Hunden zusammen mit ihren Menschen die Möglichkeit zu geben, in einem geschützten Rahmen gute Erfahrungen für den weiteren Weg zu sammeln. Dabei vermitteln wir nicht einfach Techniken in Form der herkömmlichen Kommandos, sondern verschiedene Möglichkeiten, Strategien und wichtige Informationen für einen Weg, auf dem der Hund auch als selbständig handelndes Wesen wachsen kann.

Oft geht es Hundehaltenden darum, mit gewissen Verhaltensformen ihres Hundes klarzukommen, diese zuerst zu akzeptieren, um dann zu ergründen und langsam zu verändern, damit das gemeinsame tägliche Leben an Qualität gewinnt. Erstaunliche Erfahrungen haben wir erneut in den SBA-Kursen machen dürfen und festgestellt, wie bei Wiederholung von Kursen und zusammen mit wechselnden Teilnehmenden stets weitere Schritte nach vorne möglich werden. Nach wie vor unersetzbar ist die gezielte Arbeit mit einem Mensch-Hund-Team, was natürlich in den Privatstunden und in der Verhaltensarbeit auch bei der Welpenbegleitung am besten zum Ausdruck kommt.

Ein Rückblick geht nicht ohne Dank an alle, die uns im Hundeschulbetrieb 2025 unterstützt haben. Das sind in erster Linie Patricia Wirsching und Simone Huber in Kursen, Franziska Scherer als zuverlässige Näherin unserer Leinen, und Fritz Graber für den pflegerischen Support auf dem Hundeplatz. Ein spezieller Dank geht an Simone und Lü, die ein neues Welpen-Gerät auf den Hundeplatz gezaubert haben. Wertvoll ist die Mitarbeit unserer Helferhunde in den Welpenstunden. Herzlichen Dank an Willow (Labrador) mit David sowie an Layha (Golden Retriver) mit Susanne.

Freud und Leid liegen im Rückblick auf ein abgelaufenes Jahr wie immer auch im 2025 nahe beieinander. Wir denken darum auch an diejenigen Fellnasen zurück, die uns verlassen haben. Bei den Aktiven sind dies Jackson (Mittelpudel) und Gina (Zwergpinscher) gewesen, die uns über viele Jahre hinweg in unseren Kursen begleitet haben. Tröstend ist, dass die Freude und Erinnerung an die gemeinsamen Zeiten bleiben.

«Selbstregulierung» ist nicht gleich «Impulskontrolle»

Bitte nicht erschrecken bei den obigen Begriffen! Wie «Frustrationstoleranz“ sind auch «Selbstregulierung“ und «Impulskontrolle“ gerne und oft falsch gebrauchte Fachausdrücke. Wir müssen dabei im Hintergrund das emotionale Zentrum des Hundes sehen (limbisches System), wo besonders in stressigen Situationen instinktive Reaktionen beschlossen werden, bevor ein rationaler Handlungsentscheid im Denkgehirn (Hippocampus) gefällt werden kann. Besonders Welpen und junge Hunde fällen Verhaltensentscheide meistens emotional.

Selbstregulierung und Impulskontrolle dürfen nicht gleichgesetzt werden, weil der Umgang mit den Emotionen völlig anders ist. Darum reden wir zuerst über deren unterschiedlichen Hintergrund. Wir wissen, dass unangenehme Emotionen das Alarmsystem in Gang setzen, den Sympathikus. Dieser sorgt über das Nervensystem unwillkürlich für die

Leistungssteigerung und wird darum in Stress-Situationen (Anspannung, Kampf, Flucht etc.) aktiviert. Er kurbelt Herz-, Atemfrequenz, Blutdruck und Anspannung der Muskulatur an. Der Parasympathikus dagegen ist bei Ruhe für Entspannung, Erholung und Aufbau neuer Energiereserven verantwortlich, reduziert darum Herzschlag, Atmung, fördert aber Stoffwechsel sowie Regeneration und stellt das innere Gleichgewicht her.

Bei der Impulskontrolle geht es darum, durch Kommandos belohnendes oder bedürfnisorientiertes Verhalten aufzuschieben oder zu unterbinden und damit Frustration auszuhalten. Daraus lässt sich ableiten, dass Impulskontrolle mit negativen Emotionen verbunden ist und darum sehr sparsam und überlegt angewandt werden soll. Nur so lassen sich die negativen Auswirkungen des Sympathikus in Grenzen halten, sodass der Hund im «Denkbereich“ bleiben kann. Häufige Impulskontrolle verursacht wachsend unangenehme Emotionen und durch zusätzlichen Stress eine steigende Belastung des Nervensystems.

Ganz anders bei der Selbstregulierung. Regulierung bedeutet nicht, ein Verhalten abzustellen und dabei negative Emotionen auszuhalten. Bei der Regulierung geht es um die Balance des vegetativen Nervensystems, indem ein Verhalten über einen gleichwertigen Ersatz umgelenkt oder gewechselt wird. Selbstregulierung bedeutet, dass der Hund von selbst in die Ersatzhandlung wechselt oder ein solches Angebot annimmt und seine Strategie wechseln kann. Beispiel: Anstatt beim Kreuzen den Artgenossen anzubellen, von dem er

angestarrt wird, wendet der Hund den Blick ab, wechselt die Seite und schnüffelt. Oder: Statt der Katze nachzujagen, frisst der an der Leine gestoppte Hund etwas Gras.

Der Vorteil der Selbstregulierung gegenüber der Impulskontrolle ist, dass der Hund auf diese Weise Frustrationstoleranz trainiert. Und weil dabei kein Frust mehr entsteht, sondern gute Gefühle herrschen, wird damit das Entspannungssystem (Parasympathikus) aktiviert. Anders gesagt: Trainieren Sie mit dem Hund mehr Selbstregulierung und weniger Kommandos.

Auch «sanfte Gewalt» ist eine Form von Gewalt!

Videos mit massiver Gewalt zweier Hundetrainer in Deutschland und Österreich lösten in den sozialen Medien Diskussionen aus. Die Gewalt verlief nach demselben Schema, wie es noch von manchen Trainern praktiziert wird: Ein Hund, der nicht «führbar», «schlecht erzogen» oder gar «gefährlich» sei, brauche eine harte Hand, sonst laufe es schief. Solche Trainerpersonen versprechen schnelle Lösungen, machen aber gewaltfreies, wissenschaftlich basiertes Training mit positiver Verstärkung lächerlich, sprechen von «Wattebauschwerfern» oder «Leckerli-Verteilern», die noch nie mit einem «aggressiven» Hund gearbeitet hätten.

Ausgerechnet solche Trainerpersonen, die selber physische und psychische Gewalt anwenden, positionieren sich jetzt mit Kritik an den beiden Trainern: «Wir verurteilen solch harte Methoden», heisst es zuerst, und dann «es braucht eben ein gesundes Mittelmass». – Was? – Ein «gesundes Mittelmass an Gewalt»?

Nein! Gewalt gehört in kein Hundetraining, auch nicht bei «schwierigen Fällen». Bereits das Tierschutzgesetz (Art. 4.2.) sagt deutlich: «Niemand darf ungerechtfertigt einem Tier Schmerzen, Leiden oder Schäden zufügen, es in Angst versetzen oder in anderer Weise seine Würde missachten.» Bei Gewalt geht es um Einwirkungen, die beim Hund Schmerzen, Angst verursachen, ihn unter Druck setzen, einschüchtern, handlungsunfähig machen, mit dem Ziel ein unerwünschtes Verhalten einzustellen oder ein gewünschtes zu erzwingen.

Gewalt ist nicht immer klar erkennbar wie auf den beiden Videos. Nebst verbotenen Mitteln wie Würge-, Stachelhalsbändern sowie Stromgeräten gibt es «harmlosere», womit das Wohlergehen des Hundes beeinträchtigt wird: Leinenrucken/-Korrektur, Rütteldosen, Wasserflaschen, Werfen von Schlauchstücken, Metallringen und anderen Gegenständen. Die physischen Mittel, um einen Hund «gefügig» zu machen, gehen aber noch weiter: Blocken, in die Seite Stupsen, Klemmen, Fixieren, Nacken- und Schnauzengriff, auf den Rücken «Kehren», manuell unterstützter Zwang, Erschrecken Anschreien etc.

Entscheidend ist nicht, um welche Methode es sich handelt, sondern welche Wirkung sie beim Hund zeigt. Auch die psychische Gewalt darf nicht unterschätzt werden, die mit professionell klingenden Begriffen verkauft wird wie «Raumverwaltung», «Führung», «Orientierung am Halter» und anderem. Dazu gehören auch systematische Einschränkung,

Ignorieren von Emotionen wie Angst und Unsicherheit und hündischen Bedürfnissen, dauerhafte Kontrolle, unter Druck setzen, keine Entscheidungs- oder Rückzugsmöglichkeiten lassen, Weg- bzw. Einsperren, unangenehmen Situationen aussetzen und noch mehr.

Solch aversive Einwirkungen haben eines gemeinsam: Sie verursachen Stress, Unsicherheit, Überforderung, was der Hund bereits in seiner Kommunikation mitteilt und ab einem gewissen Punkt zu Aggressionsverhalten und gesundheitlichen Schäden führen kann. «Lernen» ist in einem solchen inneren Zustand nicht möglich, auch wenn aufgrund der Einwirkung eine «Verhaltens-Korrektur» erzielt wird. Dies geht auf Kosten wichtiger Faktoren wie Sicherheit, Vertrauen, Eigenständigkeit, Selbstwirksamkeit, Konfliktfähigkeit, aber auch des Sozialverhaltens. Nicht zu vergessen: Im Augenblick der unangenehmen Einwirkung kann der Hund auch anderes damit negativ verknüpfen, was nicht mit dem Verhalten zu tun hat (Ort, beteiligte Lebewesen, Gerüche, Geräusche etc.).

Aversive Hundeerziehung führt beim Hund über Meide-Verhalten (Angst vor unangenehmen Gefühlen) in die erlernte Hilflosigkeit und Resignation. Solche Hunde erscheinen für Laien sehr brav und «gut erzogen». Sie sind aber vielleicht «tickende Zeitbomben», die bei einem besonderen Auslöser plötzlich und unverhofft «explodieren» können. Zudem dürfen sie nur auf Kommando selber aktiv werden und haben nie gelernt, sich in Konfliktsituationen von selbst angemessen zu verhalten. Es sind Hunde, die nur funktionieren, weil sie gelernt haben, dass eigenes Handeln negative Konsequenzen hat.

Geben Sie solchen Mitteln eine klare Absage. Hüten Sie sich vor zweifelhaften Angeboten und Trainerperson mit Vor- und Nachher-Bildern, wo Erfolg in Kürze in Aussicht gestellt wird. Haben Sie ein Problem mit Ihrem Hund, suchen Sie eine Hundeschule, die ohne aversive Mittel arbeitet. Nutzen Sie die Voraussetzungen des Hundes als hochsoziales Wesen, das mit Ihnen in stabiler Bindung leben und kommunizieren möchte, das mit feiner Körpersprache mitteilt, wenn es Unterstützung braucht, um ein Problem zu lösen. Die interaktive Kommunikation, gekoppelt mit positiver Bestärkung, belohnungsbasiertem Training und bedürfnisorientiertem Umgang führt zur stabilen, empathischen Bindung Mensch-Hund.

Wir arbeiten garantiert auf positive Weise mit Mensch und Hund. Sie finden weitere «gewaltfreie» Trainerinnen und Trainer sowie Informationen über «positives Training» mit Hunden auf den Websites FAIRPLAY MIT HUND sowie Gewaltfreies Hundetraining.

Ausblick aufs 2026

Beginnen wir beim Jahreswechsel. Schützt eure Hunde vor der Knallerei! Bereits Tage vorher muss bei Eindunkeln mit Böllern gerechnet werden. Meldet solche Vorfälle schriftlich der Gemeindebehörde! Achtet von Silvester-Vormittag bis und mit Neujahrsnacht darauf, dass es jederzeit knallen könnte. In der Wohnung rechtzeitig Storen runter, Musik einstellen, Hund in diesen Tagen nicht alleine lassen.

Bereits sind erste Kurse (Junghund und SBA) im 2026 ausgeschrieben. Beim Welpenkurs findet nur eine Woche Pause statt. Ende Januar startet auch das Mantrailing wieder. Nach den Sportferien beginnt wieder der normale Vollbetrieb.

Für besondere oder dringende Fälle sind wir stets erreichbar (Telefonberatung, Verhaltensarbeit). Ebenfalls können jederzeit Leinenbestellungen gemacht werden.

Neu werden wir dann unter „Gemeinsam weiter“ ein individuelles Kursangebot ins Programm aufnehmen. Wir werden noch genauer informieren.

Zum Schluss bleibt uns nur noch, euch allen das Beste für die Festtage und das bevorstehende 2026 zu wünschen. Möge es für euch Menschen und eure Hunde ein glückliches und gesundes Jahr werden.

Herzlichst: Jacqueline & Roman – mit Soleil und Ayla

Teilen Sie uns mit, wenn Sie den dogrelax-Newsletter **nicht mehr wünschen**