

Inhaltsverzeichnis

Über die Autorin	11
Dank	11
Vorwort	12
Stressfrei – Ein Name ist Programm	15
Einleitung	16
Teil 1: Überblick	19
Was ist »Stressfrei – Welpenprogramm«?	20
Agilitytraining und Aufmerksamkeitstraining sind zwei Paar Schuhe	21
Schlüsselkonzepte des Stressfrei-Welpenprogramms	22
Was tun wir wann?	24
Lernen Sie Ihren Welpen kennen	28
Späterer Sporthund vs. »normaler« Hund	28
Alle guten Sporthunde müssen erst lernen, ein guter Welpe zu sein	29
Versuchen Sie keine Quadratur des Kreises	30
Fokus: Eine neue Perspektive	33
Teil 2: Voraussetzungen	39
Reaktivität kann man vorbeugen	40
Was ist »Reaktivität«?	42
Warnsignale	44
Bleiben Sie immer unter der Reizschwelle	48
Bevor Sie anfangen	51
Setzen Sie Ihren Welpen nicht unter Druck!	52
Das Premack-Prinzip	56
Premacks Rolle bei den Stressfrei-Spielen	59
Die Macht des Freizeichens	61
»Bleib« und »Frei«, »Komm« und »Lauf«	62
Das normale Abbruchverhalten nutzen	65
Beispiel für eine Trainingsstunde: Speedy lernt zu warten	67
Auszeiten	69
Auszeit vs. Freizeit	70
Leslies Rezept für den Umgang mit Futter	73
Futter als Verstärkung beim Turnierwelpen	74
Wer wartet, bekommt gute Sachen	74

Verstärkung klug einsetzen: Druck und Premack.....	77
Kontrolle vs. Kooperation.....	92
Ihr Welpe bekommt sein Leckerchen und darf es auch fressen!.....	94
Eine Belohnung sollte den Welpen belohnen!	95
Lernen Sie, darüber zu lachen.....	99
Aufmerksamkeit ist auch nur ein Verhalten	100
Betrachten Sie »Aufmerksamkeit« und »Fokus« emotionsloser.....	103
Bestätigungssuchendes Verhalten	104
<i>Wissen Sie, was gerade vor sich geht?</i>	106
Sind Sie das Problem?.....	107
Targetarbeit.....	109
Lehren Sie ein Target-Verhalten	111
Teil 3: Schlüsselkonzepte.....	115
Standardverhalten	116
Wie formt man ein Standardverhalten?.....	117
Standardverhalten zur Selbstkontrolle.....	118
Verfügbarkeit	121
Biofeedback.....	124
Luftholen	125
Dr. Overall's Entspannungsprotokoll	128
Shaping.....	130
Integratives Training.....	133
Energiesparen.....	138
Das Beißschwellen-Training	141
Übergänge	144
Aktivitäten mit passiver und aktiver Aufmerksamkeit.....	147
Lernen Sie, Ihren Welpen zu lesen	148
Bereiten Sie sich auf das Lesen des Welpen vor.....	150
Teil IV: Spiele und Übungen	155
Umorientieren	156
»Lass es«.....	162
Aber wann sage ich »Lass es«?.....	166
Die Blitzwendung	169
»Guck mal da!.....	174
»Guck mal da« – angeboten vs. auf Signal	179
Nutzen Sie die Umgebung	181
Arbeit auf der Decke	184
Decken-Geschichten	185

Die vier Schritte der Deckenarbeit	188
Die Geschichte eines Deckenprofis.....	195
Ausschalt-Spiele	199
Das »Mach mal Pause«-Spiel	206
Das »Mach mal Pause«-Spiel zur Orientierung zum Hundeführer nutzen: Die Aufmerksamkeitsvariante.....	207
Das »Frei« lehren.....	207
Fokus und Trieb für komplexere Aufgaben aufbauen: Die Stuhlvariante	210
Wann können Sie vom Stuhl aufstehen?	212
Die Aufmerksamkeitsvariante als Aufwärmübung für die Stuhlvariante	213
Die Stuhlvariante für Abläufe nutzen.....	213
Und wenn mein Welpe den Fokus vor seinem Freizeichen verliert?.....	213
Und wenn mein Welpe nicht aufhört, mich zu fokussieren und mich nicht alleine lässt?	214
Parallel-Spiele	215
Parallel-Spiele: Der nächste Schritt	220
Arbeit in der Box.....	223
Welpen-Pingpong.....	231
Beobachte Deinen abgelenkten Hundeführer	236
Teil 5: Schlussfolgerungen.....	241
Welpenführung in der Übungsstunde und auf Turnieren	242
Begrüßen oder nicht begrüßen, das ist hier die Frage: Stellen Sie Ihren Welpen in einer Übungsstunde oder auf dem Turnier vor	245
Was ist das Gegenmittel für das »Zwanzig-Fernseher-Syndrom«?	250
Das »Mach mal Pause«-Spiel nutzen, um Aufmerksamkeit in der Turnierumgebung zu bekommen	253
Erregung ist nicht Trieb.....	254
Das Gesamtbild gehört immer dazu	257
Wie finden Sie den richtigen Agilitylehrer?	258
Ihr Welpe verdient ein maßgeschneidertes Training	263
Leslies zwei Lieblingshilfsmittel für den Umgang mit Erstarren	270
Quintessenz.....	273
Testsystem	273
Zum guten Schluss	275
Literaturempfehlungen der Autorin	276