



5 x 5: ENTSPANNUNGSSIGNAL

Wenn dein Hund sein Entspannungssignal – also das „Sitz“ auf Ausatmen – erst mal gelernt hat, kannst du das als nächstes in euren Alltag einbauen. Anfangs nur mal so zum üben, später geht es euch dann hoffentlich so in Fleisch und Blut über, dass du ganz automatisch in einer potentiell schwierigen Situation laut und deutlich ausatmest und dein Hund sich daraufhin ganz automatisch hinsetzt. Und schon läuft alles viel ruhiger ab!

Um das aufzubauen, üb aber erst mal im Alltag.

Das ist deine AUFGABE:

Mach in den nächsten 5 Tagen
jeden Tag 5 mal dein Entspannungssignal.
Einfach so, ohne jeden Grund.
Und in unterschiedlichen Situationen,
mal drinnen, mal draußen.
Jedesmal nur ein Mal,
schön belohnen
und dann einfach weitermachen,
mit dem, was ihr grad gemacht hattet.

Viel Spaß beim Üben!