

Trainen met je hond - 9 tips voor snel resultaat

Trainen met je hond is een leuke hobby. Bij sommige trainingsdoelen is het ook noodzaak, denk aan het leren 'niet op te springen', ontspannen lopen aan de lijn' en nog meer situaties. Je kunt trainen via een hondenschool, of zelf thuis. In alle gevallen zijn regelmatige trainingssessies nodig. Wat maakt trainen zo leuk?

Eenvoudig: als je ziet dat het resultaat oplevert: je hond snapt wat je van hem vraagt, en doet het ook, met plezier! Maar hoe krijg je nu snel resultaat uit je trainingsinspanningen? Ik heb 9 tips voor je:

1. Houd het kort

Een goede trainingssessie is niet langer dan 5 minuten. Je vraagt immers 5 minuten opperste concentratie van je hond, en dan is 5 minuten best lang. Je kunt natuurlijk meerdere sessies per dag inplannen, met genoeg tijd ertussen voor ontspanning en rust. Wat ook goed werkt zijn mini-sessies, van maximaal 1 minuut. Bijvoorbeeld als je je puppy wilt leren te zitten als je zijn voerbak neerzet, dit kun je 4 tot 5 keer per dag oefenen (afhankelijk van het aantal maaltijden van je pup).

Hoe weet je of je training te lang duurt? Ook honden laten signalen zien als ze zich niet meer kunnen concentreren: ze zijn door iets 'onbenulligs' afgeleid, ze lopen weg, reageren langzamer, zijn minder gretig naar de beloning, gapen (is overigens een teken van spanning, niet van verveling of slaap!), gaan erbij liggen, kijken 'glazig' uit hun ogen, gaan zich overmatig krabben (ook spanning), gaan 'gek' doen of kijken steeds weg. Merk je een of enkele van deze signalen? Sluit dan de trainingssessie af, en ga een uurtje of wat later weer verder.

2. Loon naar werk

Training met resultaat gaat niet vanzelf. Zorg dus voor een passende beloning, dat lijkt eenvoudig maar in de praktijk blijkt dit voor de meeste hondeneigenaren het aller moeilijkste. Wat is een goede beloning? Voer, spel of iets waar jouw hond helemaal blij van wordt.

Tip: bedenk een top 3 beloning voor je hond (goud, zilver, brons) en kies de beloning die past bij de inspanning. Een supermoeilijke oefening (omdat het iets heel nieuws is, omdat omstandigheden moeilijk zijn of omdat het uiterste concentratie van je hond vraagt) verdient een 'gouden' beloning, zoals runderpens, kaas, pannenkoek of datgene waar jouw hond de keukenkastjes voor wil openmaken. Een iets minder moeilijke oefening kan worden beloond met een 'zilveren' of 'bronzen' beloning.

Op deze manier houd je de training voor je hond waardevol. Bedenk dat de meeste oefeningen die wij van de hond vragen door de hond als nutteloos worden gezien. Waarom zou hij gaan zitten, hier komen of keurig naast je lopen? Dat zijn voor je hond geen doelen op zich. Aan ons dus de taak om dit waardevol te maken. Precies: door goed te belonen.

3. Plan je training, en bereid je voor

Training-sessies Plannen? Dit klinkt officiëler dan het is, maar zorg dat je wel weet wat je gaat doen. Maak de beloningshapjes klaar. Snijd ze in stukje ter grootte van een erw (of zelfs kleiner, als je een kleinere hond hebt) en doe ze in een beloningstasje of bakje. Bedenk hoe je zo praktisch mogelijk kunt 'uitbetalen': je moet een voertje binnen 2 seconden kunnen geven. Vaak zijn de bekende heuptasjes hiervoor het gemakkelijkst, maar soms wil je liever een bakje met lekkers voor het grijpen op tafel zetten, bijvoorbeeld.

Dan probeer je de oefening voor deze sessie te visualiseren. Wat wil je precies dat je hond doet? Probeer in je hoofd te 'filmen' hoe dit er uit zal zien. Door dit zo voor te bereiden is het bij het trainen gemakkelijker om te zien wat je hond doet. Oh ja, belangrijk hierbij: werk aan één item tegelijkertijd, je kunt immers niet meerdere dingen tegelijk zien & belonen.

4. Babystapjes zorgen voor snelheid

Gek genoeg, maar waar. Met grote 'zevenmijs-stappen' lijkt je vlot te gaan, maar als er een foutje insluipt moet je veel verder terug. Dus: werk in Babystapjes, waarom? Je wilt dat je hond succes heeft, veel kleine succesjes geven hem zelfvertrouwen en plezier in de oefening. Dit helpt om het nog beter te doen. Als je merkt dat je hond aarzelt, moeite heeft met de oefening, maak het dan weer iets eenvoudiger (dan ga je te snel).

Hoe maak je het eenvoudiger? Door: • de oefening in nog kleinere mini-stapjes te verdelen. • te zorgen voor minimale afleiding. • de sessies korter te maken. Ja, nog korter dan ze al waren. • de waarde van je beloning te verhogen. • minder te vragen: minder lang blijven liggen (als dat je oefening is), minder ver 'naast lopen', etc.

5. Focus

Trainen is hard werken, voor je hond in ieder geval wel. En jij bent als trainer zijn steun en toeverlaat. Wees dus ook zo fair om je gedurende de korte maar pittige sessies voor je hond volledig op je hond te richten. Zet je telefoon uit, vraag je kinderen om even buiten te spelen, kies een rustig moment van de dag, kortom: zorg dat je alle aandacht voor je hond hebt.

Kies ook een vertrouwde, rustige omgeving om te oefenen. De keuken? Woonkamer? Bedenk waar voor jouw hond (en jezelf) de meeste rust is. Gaandeweg, kun je voor de oefening meer afleiding voor je hond toevoegen, zodat hij de oefening in alle omstandigheden kan uitvoeren.

6. Vraag het 1x Dit een valkuil voor veel hondeneigenaren en trainers. Natuurlijk, je wilt zo graag dat je hond de oefening 'hoppakee' uitvoert. Soms proberen mensen hun hond er zelfs 'doorheen' te praten. Wat zorgt voor veel afleiding natuurlijk. Als je je hond vraagt om een oefening te doen (het 'commando' geeft, of liever een verzoek: dat 'drikt' wat minder), geef je hond dan kans om even na te denken wat je bedoelt, en hoe hij het moet doen.

Wij mensen (ja, ook ik) zijn geneigd om snel te herhalen, en als een soort mitrailleur af te vuren wat je wilt. Wordt het daarmee duidelijker voor je hond? Stel je voor? Ik vraag: Zit, zit, zit,zit,zit..ga eens zitten, toe, doe eens een mooie zit, etc.. Als iemand dit tegen mij zou zeggen zou ik eerder geïrriteerd raken, of op z'n minst in verwarring. En dat geldt voor veel honden ook. Dus: kijk of je hond je redelijkerwijs kan horen (heeft hij aandacht voor je) en vraag 1x wat je wilt. (Natuurlijk heeft je hond dit commando dan al geleerd). Wacht minimaal 10 seconden om te zien of je hond de oefening uitvoert. Is dit zo, vraag het opnieuw, en wacht weer. Als je hond nu nog niet reageert, is de situatie te moeilijk, of moet je een paar stappen terug in je training: je hond weet dan niet wat je van hem wilt.

In beide gevallen heeft het totaal geen zin om het steeds te herhalen. Het levert alleen maar onduidelijkheid en frustratie op. Een menselijk voorbeeld: 'Ik was een aantal jaren geleden in Slowakije en ik spreek een 4 woordjes Slovaaks. Toen een dame in de winkel mij iets vroeg begreep ik haar niet (haar woorden kende ik nog niet). Ze begon haar vraag te herhalen, en nog eens, en toen luider. Natuurlijk wist ik nog steeds niet wat ze vroeg, en we raakten allebei wat geïrriteerd. Gelukkig was er een aardige klant die kon vertalen, zodat het werd opgelost. Bedenk dat onze woorden soms simpelweg 'Slowaaks' zijn (of Chinees, Russisch, net wat je je kunt voorstellen) voor je hond. Dan is het ook gemakkelijker om je voor te stellen hoe lastig dit voor je hond kan zijn.

7. Loonwerk, geen 'lokwerk'

Tijdens je training werk je aan een steeds betere uitvoering van de oefening. Als je hond eenmaal door heeft wat de bedoeling is, moet hij dit gedrag ook kunnen uitvoeren in alle omstandigheden. Helaas zie ik nog vaak honden die pas willen werken als de eigenaar een bakje met kaas of wordt pontificaal klaargesteld. En zonder bakje toont de hond geen interesse, of werkt zelfs niet mee. Hier zit een leerpunt: je hond moet leren dat je altijd een passende beloning krijgt. Dat is de belofte die je naar hem maakt, en moet nakomen. Als je merkt dat dit gebeurt: begin dan even opnieuw bij de eerste babystapjes, en laat je hond merken dat de beloning heus volgt (ook al is het niet in je hand, of direct in het zicht).

Waak er ook voor om een voertje te pakken als je hond niet reageert op je commando. Je zou immers je hond kunnen leren om niet-te-reageren op commando's. Blijf dus altijd kritisch op wat je beloont.

8. 'Nee' of 'Fout' kost je tijd

Een veel gemaakte grap door hondentrainers is: 'Heet je hond "nee", of "foei"' ? Vooral bij eigenaren van een nieuwe hond is dit te merken, heel begrijpelijk overigens, want zo werkt ons menselijk leersysteem momenteel ook. Voor je hond is een 'Nee' of 'Fout' of 'Foei' tijdens een training heel ontmoedigend. Hij is immers iets nieuws aan het leren, en dan mag je toch fouten maken? Ik heb het hierbij niet over 'wangedrag' van je hond: als hij uit opwinding gaat happen of bijten tijdens de sessie bijvoorbeeld. Dan is een Nee best op zijn plaats.

Tegelijkertijd weet je dat je de sessie moet stoppen, je hebt het te moeilijk gemaakt voor je hond (door bijvoorbeeld: een verkeerd moment, een verkeerde plek, of een verkeerde uitvoering te vragen, of te lang te trainen). Straffen tijdens een training maakt zelfs dat je stapjes achteruitgaat in je trainingsplan. Je hond verliest (zelf)vertrouwen en de lol wordt minder. Als je merkt dat je gefrustreerd raakt, stop dan de sessie voordat je ontploft. En lees tip nr 4 even opnieuw door. Let ook op de volgende (onbedoeld) negatieve prikkels: • een niet-comfortabele halsband of tuigje • het te strak houden van de lijn, zodat er (onaangename) spanning op de lijn staat • een onprettige ondergrond: koud, nat of heel ruw (bij een lig-oefening bijvoorbeeld) • nieuwe of enge dingen in de omgeving (vreemde honden, vreemde mensen) • Fysieke beperkingen of ongemak: pijn in gewrichten, buikpijn, oorpijn (terwijl je je hond lekker knuffelt als beloning), etc.

Als je merkt dat je hond aarzelt, of zich onprettig voelt tijdens de training, stop dan de sessie onmiddellijk en probeer te ontdekken wat er aan de hand is. Als je hond tijdens training een fout maakt, doe dan niets. Blijf rustig wachten, gedurende een paar seconden en probeer het dan opnieuw. Soms helpt het om even een gemakkelijke, bekende oefening te vragen (en te belonen), voor dat je verder gaat. Blijft je hond fouten maken, dan is je training te moeilijk (Lees tip 4).

9. Slapend Leren

Dat klinkt haast te mooi om waar te zijn. Trainen terwijl je slaapt, kan dat? Jazeker. Het is bewezen dat de hersenen juist extra veel verwerken tijdens het slapen. Bij het trainen van je hond zal je merken dat korte sessies, met tussendoor tijd voor rust je extra veel resultaat gaat opleveren. Tijdens de slaapmomenten verwerkt je hond de trainingssessie, en het gebeurt zelfs dat bij een volgende oefening de hond verder lijkt dan je voorheen was. Ongelooflijk maar waar, en dan allemaal dankzij een slaapje tussendoor. Dit geldt ook voor een korte spelsessie na een geslaagde trainingssessie.

Dit waren 9 waardevolle tips die je helpen om sneller resultaat te krijgen bij het trainen van je hond. Maar, wat mij betreft is het niet compleet. Dus daarom misschien wel de allerbelangrijkste tip.

Hier is nummer tien: 10. Maak plezier

Trainen moet geen strafwerk zijn, of zelfs geen saai schoolwerk. Zorg voor fun, kwispelt je hond? Maakt hij je aan het lachen? Goed zo! Dat is belangrijk, want met plezier is het gemakkelijker om te leren. Is je hond niet vrolijk? Las dan een pauze in en speel samen, doe gek, gooi een balletje, doe een trekspelletje, kriebel je hond over z'n buikje of ga lekker even wandelen. Alles wat je samen plezierig vindt is goed. En dit plezier komt dan ook terug in de trainingssessie. Als je merkt dat je hond (of jij) gespannen is, of gefrustreerd raakt, stop dan de sessie. Het is het niet waard, en levert je helemaal niets op. Ik hoop dat je iets aan deze tips hebt. Of misschien weet je nog andere? Geef ze aan mij door!

