

Jobbiga hundar

Vi beskriver en jobbig hund på olika sätt. Förr kallade man dem för olydiga och sökte hjälp hos en hundklubb för att åtgärda problemet. Man fick lära hunden gå vid sidan (inte dra i kopplet), sitta och ligga på kommando och komma när ägaren kallade. De enda hjälpmedel man använde var hundens koppel, halsband, den egna rösten och sitt kroppsspråk.

Den som idag anmäler sig till kurs möts av ett helt annat budskap. Man talar inte längre om lydriad utan talar om att man tränar hundmöten, att inte dra i kopplet eller att komma på inkallningssignal. Ofta nämns också att man tillämpar mjuka metoder, att träningen bygger på glädje och lek. Men på andra ställen kan vi läsa om att hundar är överaktiva, reaktiva hundar som hetsar upp sig och blir okontrollerbara i alla upptänkliga situationer. Hundar som drar i kopplet, inte kan möta andra hundar utan att skälla eller bli aggressiva. I själva verket är alla dessa problem symptom på en och samma sak; på att hunden är olydig. Den som har en lydig hund får inte de här problemen. Och med lydriad menar jag att hunden har fått lära sig några kommandon som gör att ägaren har kontroll på sin hund. Alla problem som kan avstyras med till exempel NEJ, SITT, FOT eller HIT har med lydriad att göra. Olydriad skapar ofta stress hos hundar, så vi börjar med att titta närmare på stress.

Stress

Det autonoma nervsystemet, den del som inte är viljestyrd, kan indelas i det sympatiska och parasympatiska nervsystemet. De kan beskrivas som kroppens gas eller broms. Vid stimulering av det sympatiska systemet (gasen) frisätter kroppen adrenalin som påverkar hjärtat och kortisol som ökar nedbrytningen av glykogen till glukos för att ge musklerna tillgång till snabb energi. Hjärtfrekvensen och blodtrycket ökar samtidigt som blodet omfördelas ut i kroppens muskler. Systemet brukar beskrivas som ”fight or flight” systemet, kroppen förbereder sig för att fly eller för att slåss. Långvarigt förhöjda kortisolnivåer utan återhämningsperioder kan leda till negativa hälsoeffekter som högt blodtryck och försvagat immunförsvar.

När det parasympatiska systemet aktiveras sker det omvända, individen slappnar av, blodtrycket och hjärtfrekvensen sjunker. Lugnande fysisk beröring stimulerar det parasympatiska systemet. Störst effekt får beröringen enligt min erfarenhet om man stryker långsamt längs huvudets sidor förutsatt att man själv via röst och kroppsspråk visar att man själv är lugn och trygg.

Vad framkallar stress

Det som framför allt höjer stressnivån (ökad sympatisk aktivitet) är förväntningar på fysisk och mental aktivitet eller när hunden reagerar emotionellt, när den blir rädd, aggressiv eller upphetsad. När du hämtar cykeln förväntar den sig en motionsrunda och blir uppskruvad, likaså när du plockar fram en boll eller leksak som hunden förväntar sig att du snart ska kasta i väg. Under morgonsrastningen kanske ni passerar en annan hund som din hund gör ett utfall mot. Stöter ni på andra hundar som hunden brukar få leka med stressar den också upp sig. Så snart ni närmar er parken där detta brukar ske börjar hunden pipa och gnälla, den stressar upp sig därför att den förväntar sig fysisk aktivitet i form av lek. Vid ett annat tillfälle, en smällare detonerar och hunden blir rädd, den hässjar, sliter i kopplet och vill bort från platsen. Rädsla leder till flyktberedskap och till en förhöjd stressnivå.

Hundar blir också stressade när de inte får tydliga besked. Om flera saker händer samtidigt och hunden inte vet hur den ska reagera, bygger den upp en mental och fysisk beredskap för flera reaktionsalternativ, som summeras till en sammantaget oönskad hög stressnivå.

Vad sänker stressnivån?

På samma sätt som förväntningar på fysisk aktivitet höjer stressnivån kan förväntningar på passivitet få den motsatta effekten. När du tar på dig finkläder förväntar sig hunden att bli lämnad ensam hemma och går och söker ro i sin liggplats, eftersom den lärt sig det. Om du lärt hunden att lägga sig på sin plats efter rastningsrundan lägger den sig lugnt till ro. Kommenderar du den att lägga sig ner så kopplar den av. Kommenderar du den att gå fot när ni möter en främmande stökig hund varvar den ner och låter dig ta befälet. Men allt detta förutsätter att du har skapat denna förväntan; att hunden har lärt sig koppla av på sin liggplats, att den lärt sig komma till ro när den blivit tillsagd att lägga sig ner. Principen är att kommandot eller situationen ska skapa en förväntan på passivitet.

Hundar är olika

Vi skiljer ofta mellan överdrivet livliga och mindre livliga hundar. En hund som har en hög ”grundstressnivå” är ungefär som en bil med högt ställd tomgång. Den är alert och byter ideligen fokus för att ha koll på allt som händer i omgivningen. Sådana hundar är nyfikna och kan ha lätt för att höja sin stressnivå. De är helt enkelt mer reaktiva samtidigt som de ofta har svårare att koppla av.

All träning måste anpassas till hundens mentala förutsättningar. Hos den livliga hunden läggs tonvikt på de passiva momenten så att hunden först lär sig att koppla av. När detta fungerar lägger vi efter hand in aktiva moment men ger hela tiden akt på att hunden kan växla mellan aktivitet och passivitet. Den mindre livliga, lite tröga hunden, gör vi tvärtom med. Vi kanske inleder träningen med lite lek, kastar en boll som hunden får springa efter, kanske en dragkamp. När hunden så "piggnat till" tränar vi korta sekvenser med fysiskt aktivita moment innan vi längre fram lägger in träning som innebär att hunden ska vara passiv.

Den typen av träning leder till att olika kommandon betingar en höjning eller sänkning av stressnivån. För den livliga hunden får samma kommandon en lugnande effekt medan de hos den lite mindre livliga hunden får en stresshöjande effekt. Vi har under lydnadsträningen betingat en situationsbunden höjning eller sänkning av stressnivån.

Rädsla och aggressivitet

Om stress har sin grund i rädsla är det själva rädslan som måste tränas bort. Att långsamt och gradvis vänja hunden för de retningar som framkallar rädslan leder till att känslolåslagen sakta blir allt mindre. Ett lugnt tryggt agerande från föraren under träningen är dessutom en förutsättning för att lyckas. Tänk på att hunden blir trygg av att du markerar vad som förväntas av den. Det är du och inte hunden som tar besluten.

Är stresshöjningen kopplad till aggression handlar det om att föraren tar över ansvaret när hunden visar tecken på aggression. Kommandon som till exempel LIGG eller FOT, markera tydligt för hunden att det är du som bestämmer. Hunden delegerar då besluten till dig, aggressionsnivån sjunker och den varvar ner. Men givetvis förutsätter detta att hunden verkligen lyder dig. Gör den inte det kan dina försök snarare leda till att hundens aggressivitet ökar.

Hundens mentalitet

Hur hunden hanterar stress påverkas av dess mentalitet. Modiga hundar ("dådkraftiga") som lätt övervinner rädsla, hundar som snabbt skakar av sig upplevelser (är "hårda") och hundar som snabbt kan skifta sinnesstämning beroende på ändrade förhållanden (vi säger att den har bra "nerver") löper mindre risk att hamna fel i sitt stresspåslag. Hundar med stort föremålsintresse inlåter sig lätt i aktiviteter som höjer stressnivån där föremål som används lätt blir till stressorer (stressor= en retning som höjer stressnivån). På unga hundar som ännu inte blivit lydiga bör man vara försiktig med övningar som stressar upp dem. Kontrollera gärna valpens föremålsintresse genom att leka med en boll eller trasa och om valpen blir

uppjagad av den typen av lek, bör du vara återhållsam och vänta tills hunden blivit lydig. Hunddressyr innebär alltid en balansgång mellan de åtgärder man vidtar och hur hunden reagerar i dressyren. Varje hund är unik och kräver sin speciella hantering.

Lydnaden, nyckeln till kontroll

Tyvärr har begreppet lydnad för många kommit att förknippas med tävling, att hunden utför ett moment i en förutbestämd ordning på en gräsyta där det primära målet är att hunden utför momenten snabbt och på exakt rätt sätt. (Den lydnad jag pratar om kallar Barbro för fostran.)

Begreppet lydnad bör i stället ses som ett uttryck för hur bra kontroll föraren har på sin hund, hur benägen hunden är att reagera på förarens signaler. Den kontrollen kan användas för att stoppa en aktivitet, för att få hunden att komma in till föraren eller för att förändra hundens känsloläge. Med bra lydnad menas att föraren har kontroll över sin hund, oberoende var och i vilken situation den befinner sig. För de flesta räcker det med att hunden ovillkorligt reagerar på några få kommandon, SITT, HIT, FOT och givetvis de obligatoriska NEJ och BRA.

Några allmänna råd

Anpassa träningen till hundens mentala förutsättningar. Om hunden har ett överdrivet livligt temperament behöver mer tid ägnas åt att träna passivitet. Har hunden i tillägg stort föremålsintresse ska du vara försiktig med att använda föremål som belöning. Föremålen blir lätt till stressorer, retningar som höjer stressnivån och för den livliga hunden leder det lätt till låsningar och koncentrationsproblem. Överdrivet livliga hundar är dessutom ofta i mindre behov av att belönas, ofta är aktiviteten i sig en tillräcklig belöning.

Att leka med hunden är ett bra sätt att lösa upp eventuella spänningar och det kan ha en positiv inverkan på er relation. Tänk bara på att det är du som bestämmer när leken ska börja och när den ska sluta. Tänk också på att lek höjer stressnivån, vilket kan vara önskvärt på vissa hundar men kanske inte på alla. Blir den för uppjagad, bryt och kräv någon form av passivitet. Hundar är olika. Anpassa dressyren efter just din hund och använd de hjälpmedel som passar din hund. Det är sällan hunden och du själv som har samma uppfattning om vad träningen ska omfatta. Om någon menar att vissa hjälpmedel i dressyren alltid är bra, tro dem inte!