

# Att hålla ihop mentalt i jaktträningen

*Av Susanna Hallgren*

*Publicerat i Tollaren nr 1, 2012*

Att hålla ihop mentalt med de störningar en hund kan utsättas för i jaktträningen är inte alltid lätt. Skott och kast, andra hundar som jobbar, vatten som lockar och värst av allt – skott och kast i vattnet följt av att en annan hund får gå i vattnet och hämta den apporten. Påfrestningarna kan bli stora för en tollare, som har lätt att hetsa upp sig.

Utveckla hundens förmåga att koncentrera sig, minnas och fokusera på rätt sak. Mentala utmaningar i rätt portion skapar koncentration och fokus. För lätta och för förutsägbara uppgifter kan orsaka iver och pip mm, medan lagom krävande utmaningar ökar den mentala ansträngningen hos hunden, tvingar den att samla ihop sig och koncentrera sig. Med ökad koncentration får man oftast även en tyst hund.

***För lätta uppgifter kan orsaka för mycket iver, medan mer krävande utmaningar får hunden att samla ihop sig och koncentrera sig bättre***

## **Fokusera på rätt sak**

När jag själv iakttar en hund tittar jag efter hundens förmåga att koncentrera sig på det som är viktigt och på hundens förmåga att med lätthet kunna skifta från en viktig sak till en annan – att kunna släppa en sak och fokusera om på en annan.

En hund som försöker hålla koll på allt samtidigt kommer troligen att bli splittrad och misslyckas med sin uppgift, medan en hund, som med hjälp av sin förare och ett visst mått av följsamhet kan växla mellan de olika händelserna på ett samlat och fokuserat sätt, troligen kommer att lyckas med sin uppgift. Och den sistnämnda kommer framförallt att orka arbeta längre och kommer att klara av mer påfrestande situationer.

## **Sortera intryck och minnesbilder**

Hundens koncentrationsförmåga när det gäller jaktträningen handlar till stor del om förmågan att sortera intryck och minnesbilder, lägga dem i minnesbanken och endast agera på dem som är viktiga för stunden. Vad som är viktigt för stunden kan det ju ibland finnas delade meningar om förare – hund emellan och är självklart en träningsfråga. Jag vill att mina hundar ska rätta sig efter vad jag tycker är viktigt. Jag styr vad de ska fokusera på. Att de har sorterat intrycken väl i sin minnesbank är däremot en viktig tillgång, som vi båda har stor nytta av. Hundarna är mycket bättre än jag på att markera en fallen apport. Har de sorterat in sina intryck och minnesbilder väl i minnesbanken så kan de sen på given signal från mig få plocka fram dem och hämta in de markerade apporterna.

## **Utveckla hundens minnesförmåga**

Hundens förmåga att minnas och att sortera minnesbilder är något vi kan träna på. Att hålla flera saker i minnet kräver koncentration, men det är också ett sätt att skapa koncentration. Hur många ”bollar i luften” kan din hund ha? Min erfarenhet är att tollarna generellt sätt är duktiga på att minnas, men att vi förare oftast inte förvaltar denna förmåga så väl som vi borde.

## ***Underskatta inte hundens minnesförmåga!***

Själv tränar jag mycket på minnesmarkeringar i olika former, t ex svåra enkelmarkeringar som hunden ska notera och lägga på minnet. När hunden har tagit en bra minnesbild av den fallna apporten vänder vi därifrån och gör några andra uppgifter åt annat håll. I början kan de andra uppgifterna vara få och enkla, men ganska snart blir de fler och svårare. När de andra uppgifterna är klara vänder vi tillbaka, hunden får ta fram sin minnesbild och hämta in markeringen. Det är ibland förbluffande hur väl och hur länge hundarna kan minnas den där fallna apporten.

## **Styr vad hunden ska fokusera på**

Genom att styra vad hunden ska fokusera på får jag en följsammare hund som blir van att följa mig och fokusera på det som jag anser viktigast, istället för att försöka räkna ut vad som kommer att hända närmast och ta egna initiativ. Att styra vad hunden ska fokusera på kan även innebära att utsätta hunden för störningar, som den ska sortera bort.

Ett exempel på sådan övning är klockan. Om du har apporterna utlagda klockan 12, 3, 6 och 9 och står vid mittpunkten och skickar hunden mot klockan 12 innebär det att hunden måste sortera bort de närmaste apporterna, d v s klockan 3 och 9. Om du ser till att alla fyra apporterna alltid ligger ute, innebär det att hunden varje gång måste ”välja bort” tre av fyra för att ta den jag vill.

Anpassa svårighetsgraden till en lagom nivå. Gör det inte för svårt. Läs av hunden väl och se till att hunden ”tänker rätt” innan du skickar den. Det viktiga med övningen är att på ett snällt och tydligt sätt lära hunden att det är du som styr vilken apport hunden ska ta. Om du vill försvåra uppgiften kan du istället för att stå i mittpunkten ställa dig mittemellan mitten och klockan 6. Nu kommer hunden att behöva gå förbi klockan 3 och 9 för att gå till klockan 12.

## **Släpp och fokusera om**

En grundläggande förmåga hunden behöver för att kunna vända bort från något som hänt (t ex en fallen markering) är att kunna släppa en retning, följa sin förare därifrån och fokusera om på något annat - att kunna släppa och fokusera om. Det är något man kan behöva träna på och det är viktigt att få till det på ett sätt som inte skapar frustration hos hunden.

När jag börjar träna en sådan sak gör jag det i betydligt enklare situationer än med en fallen markering. Jag kan exempelvis ha hunden vid min sida, lägga ut en apport på ett ställe, vända bort från den, gå 10-20 meter åt ett annat håll och där lägga ut en annan apport, som vi sen vänder ifrån. När hunden följer mig från den sist utlagda apporten skickar jag hunden mot den först utlagda. När detta fungerar avancerar jag svårigheten med att börja släppa dummiesarna istället för att lägga dem ner och efter det börjar jag kasta dem. Jag ökar alltså retningen för hunden och höjer på så sätt svårighetsgraden och ökar då även hundens förmåga att kunna släppa en retning för att följa mig i en ny riktning.

## **Växla mellan områden**

Genom att lägga upp min träning med flera olika områden, som jag kan växla mellan, kan jag både träna upp hundens följsamhet, förmåga att kunna släppa och fokusera om, sortera intryck samt minnesförmåga. De olika områdena kan vara en blandning av dirigeringsmål, sökområden och kastade markeringar. Markeringarna får dock hunden inte ta direkt utan bara som minnesmarkeringar, vilket ger lite extra nyttiga utmaningar för hunden.

Hur många områden som är lagom beror på individ, men det bör vara minst tre för att det ska bli någon utmaning för hunden. Gör du det för lätt blir det för förutsägbart. Det ska vara tillräckligt många områden för hunden att hålla koll på så att den ska tvingas koncentrera sig lite extra.

I detta upplägg med flera områden så får du automatiskt också in mycket transporter och nyttig jaktfotsträning. Att se dessa transporter som en del i träningen är minst lika viktigt. Här får du möjlighet att rama in och samla ihop hunden.

## **Hundens mentala kondition och uthållighet**

Att hålla flera områden och apporter i minnet, att gå fot mellan områden och växla mellan dessa kan vara väldigt ansträngande mentalt för en hund som inte är van vid det. Den ovana hunden kommer att bli trött snabbt. Men med träning blir uthålligheten bättre. Man kan jämföra med den fysiska konditionen och uthålligheten, som vi med träning kan förbättra väsentligt. På samma sätt kan vi träna upp den mentala konditionen och uthålligheten.

Jaktträningen kräver en hel del mental kondition och uthållighet, vilket vi alla behöver träna våra hundar på. Många gör det kanske redan, medan andra tränar på ett mer enkelspårigt sätt med en sak i taget och kanske lite för förutsägbart ibland. Är målet att lyckas på jaktprov tror jag det är viktigt att tänka på såväl fysisk som mental kondition och uthållighet. Tänk igenom dina träningsupplägg och ge hunden lite mentala utmaningar!

## **Paketera in allt i lugn**

Sist men inte minst, glöm inte hur din egen sinnesstämning och ditt eget sätt att agera påverkar din hund. Har du en het och livlig hund är det jätteviktigt att själv vara lugn. Paketera in dina träningspass i lugn. Lugn förare, lugn inledning, lugna pauser, lugnt avslut och kanske även några lugna ”hållplatser” mitt i träningen då du själv tar ett djupt andetag och samlar ihop hunden innan du fortsätter övningen ni höll på med.

### ***Ta ett djupt andetag då och då***

Våra hundar är väldigt mottagliga för vår sinnesstämning, något vi både kan dra nytta av och något som kan bli ett problem t ex i samband med tävling, när vi förare blir nervösa. Jag tror att vi förare kan bli ännu bättre på att utveckla våra hundars ”tentakler” och hitta ännu effektivare sätt att föra våra hundar med små medel.

### ***Lycka till med er träning!***