

# PSD - prompt, schnell, dauerhaft

## Dauer

Damit euer Hund beim Warten immer noch bei der Stange bleibt und nicht überfordert wird, ihr aber dennoch schnell vorankommt, nutzt bitte folgende Technik:

Trainiert wird in 5er Päckchen, also immer 5 Versuche hintereinander. 5 Wiederholungen sind lang genug, um ein Fazit zu ziehen, aber kurz genug, um keinen Bock rein zu bauen. ;)

Anschließend macht ihr eine kleine Pause und überlegt, ob es gut oder schlecht gelaufen ist, ihr weiter steigern, gleich bleiben oder schwieriger werden solltet.



Zu Beginn wird nur die Dauer für sich geübt, Ablenkung lasst ihr erst einmal außen vor. Das wird sonst zu viel auf einmal. Nehmt eine ruhige Grundposition (stehen, sitzen,...) ein und los geht's.

Schafft euer Hund **4 oder 5** von den **5** Versuchen, dürft ihr definitiv **schwieriger werden**, also höhere Zahlen wählen.

Klappen nur **3 von 5**, bleibt bitte auf dem Level. Variiert die Zahlen aber ein wenig im Vergleich zum vorherigen Durchgang.

Meistert euer Hund nur **1 oder 2** von 5 war das Training **zu schwer** und ihr solltet beim nächsten 5er-Päckchen niedrigere Zahlen nehmen.



Gerade Zuhause ist es sehr zu empfehlen, diese Übung mit Zettel, Stift und einer Stoppuhr oder dem Timer im Handy zu machen. Manchmal zählt man doch schneller als erwartet und verfälscht somit das Ergebnis.

Oder die Zahlen werden nach kurzer Zeit wieder vergessen.

Unterwegs kann man auch super die Notiz-App benutzen.

# PSD - prompt, schnell, dauerhaft

## Dauer

Bestandsaufnahme:

Überlegt euch, wie viele Sekunden euer Hund auf jeden Fall schaffen wird.

Beispiel: Hund schafft 5 Sekunden ohne Belohnung liegen zu bleiben.

Nun denkst du dir fünf passende Zahlen aus. Vier sind leicht über und unter eurem Wohlfühlwert und eine traut sich immer aus der Komfortzone heraus. Schreibe sie auf und hake sie entweder ab, wenn dein Hund es geschafft hat oder streiche sie durch, wenn der Versuch missglückt ist.

Durchgang mit 5 Versuchen:

3 Sekunden, 5 Sekunden, 7 Sekunden, 12 Sekunden und 5 Sekunden.

Die höchste Zahl sollte immer mal wieder an einer anderen Stelle stehen, nicht nur als vorletztes. Auch ganz vorne ist erlaubt.

Wenn **vier von fünf** Versuchen klappen, darfst du schwerer werden. Beispiel:

4 Sekunden, 7 Sekunden, 15 Sekunden, 9 Sekunden und 7 Sekunden.

Klappt auch dieser Durchgang, könntet ihr folgendermaßen erhöhen:

7 Sekunden, 17 Sekunden, 9 Sekunden, 12 Sekunden und 10 Sekunden.