

Impulskontroll: å motstå fristelser

Mål for uken:

Målene for denne uka er å jobbe med og la være å hoppe i hilsesituasjoner. Kanskje noe av den vanskeligste treningen av impulskontroll for enkelte? Hvis dette ikke er noe problem fortsetter dere med lytteøvelser fra forrige uke, men øker antall kommandoer.

Treningsplan for denne uken:

Øvelse: sladre person som kommer mot	Når: 2-3 minutter x 3 to dager i uka
<p>Hvordan:</p> <p>Få en person til å gå mot deg. Sladre og mink avstanden suksessivt i tråd med at hunden lykkes. Om det blir vanskelig øker dere avstanden.</p>	<p>Hvorfor:</p> <p>For å lære hunden å ta kontakt med deg når det kommer mennesker for å hilse. Altså det motsatte av å hoppe på vedkommende.</p>
Øvelse: sitte og se på deg	Når: Gjerne litt hver dag. Kan bruke familiemedlemmer eller en nabo
<p>Hvordan:</p> <p>Når personen kommer helt bort kommanderer du "Sitt" og løser ut i lek med en gang. Ha med en skikkelig bra leke!</p> <p>Øk tiden hunden må sitte og vanskelighetsgraden på forstyrrelsen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - du kan snakke med personen - personen kan ta på hunden - personen kan hoppe rundt - personen kan sette seg ned på huk - personen kan ha en leke som forstyrrelse - personen kan ha med seg egen hund osv. <p>Om hunden reiser seg tar man hunden ned i en rolig sitt igjen.</p>	<p>Hvorfor:</p> <p>For å lære hunden at rompa skal være i bakken når mennesker kommer for å hilse. Samme metode kan brukes når man går bort for å hilse på noen.</p> <p>Kjempemorsom trening!</p>