

Der Snack-Stopp

IMPU SKONTROLLE

Eine strukturierte Übungsreihe zur Förderung der Selbstbeherrschung bei Hunden – vom ersten Innehalten bis zur verlässlichen Kontrolle im Alltag.



Warum Impulskontrolle für deinen Hund so wichtig ist

Impulskontrolle ist wie ein Muskel – sie ermüdet schnell, lässt sich aber gezielt trainieren und stärken. Diese Fähigkeit bildet das Fundament für nahezu alle wichtigen Alltagskommandos und sichert die Kontrolle in kritischen Situationen.

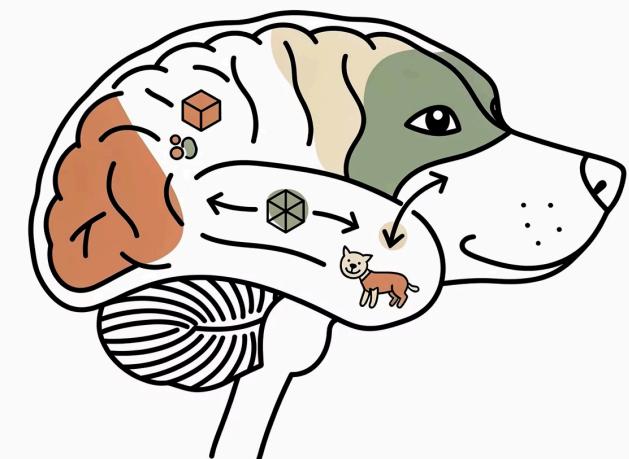
Ohne ausreichende Impulskontrolle sind folgende Verhaltensweisen kaum möglich:

- Ein verlässlicher Rückruf, selbst wenn ein Hase über den Weg läuft
- Das sichere Abbrechen unerwünschter Handlungen
- Ruhiges Warten an der offenen Haustür oder am gedeckten Esstisch
- Entspanntes Verhalten bei Wildsichtung während des Spaziergangs
-

Die gute Nachricht: Jeder Hund kann lernen, seine Impulse besser zu kontrollieren. Der Schlüssel liegt in der systematischen, geduldigen Übung – beginnend mit kleinen Schritten und klaren Regeln.

Wichtig zu wissen

Fehler gehören zum Lernprozess! Wenn dein Hund versucht, sich das Futter ohne Freigabe zu schnappen, lernt er dabei etwas Entscheidendes: Aufdringlichkeit führt nicht zum Ziel.



Das brauchst du für die Übung



Eine rutschfeste Matte

Die Matte dient als klare räumliche Markierung und hilft deinem Hund, den Übungsbereich zu erkennen. Sie sollte groß genug sein, dass dein Hund bequem darauf sitzen kann.



Eine Handvoll trockene Leckerlis

Wähle trockene, nicht zu stark riechende Leckerlis in mundgerechter Größe. Sie sollten attraktiv genug sein, um deinen Hund zu motivieren, aber nicht so aufregend, dass er völlig außer sich gerät.



Ruhe und Geduld

Deine eigene innere Ruhe überträgt sich auf deinen Hund. Plane genug Zeit ein und sorge für eine ablenkungsarme Umgebung, besonders in den ersten Trainingseinheiten.

Die Übung findet direkt bei der Matte statt, du brauchst also keinen großen Raum. Ein Wohnzimmer oder ruhiger Trainingsbereich reicht völlig aus.

Wichtig: Achte darauf, dass du während der Übung nicht sprichst – deine Handbewegung ist die einzige Korrektur, die dein Hund braucht.

Anfänger: Die Grundlage – Warten vor der geschlossenen Faust

So funktioniert's

01

Ausgangslage schaffen

Dein Hund sitzt auf der Matte, du kniest oder stehst direkt vor ihm. Nimm ein Leckerli in deine geschlossene Faust.

02

Leckerli präsentieren

Halte die geschlossene Faust direkt vor die Nase deines Hundes. Er wird versuchen, an das Futter zu kommen – das ist völlig normal und gewünscht.

03

Ruhig bleiben

Bleibe komplett ruhig und halte die Faust geschlossen, egal was dein Hund tut. Kein Kommentar, keine Reaktion – nur Geduld.

04

Moment des Innehaltens

Sobald dein Hund auch nur kurz innehält oder den Blick abwendet, öffnest du sofort die Handfläche.

05

Freigabe erteilen

Bleibt er ruhig, sagst du dein Freigabewort (z.B. „OK“ oder „Nimm“) und er darf das Leckerli fressen.

Die goldene Regel

Versucht dein Hund, sich das Leckerli ohne Freigabe zu schnappen, schließt sich die Hand blitzschnell wieder. Kein Wort, keine Aufregung – nur die konsequente Handbewegung.

Punkte sammeln

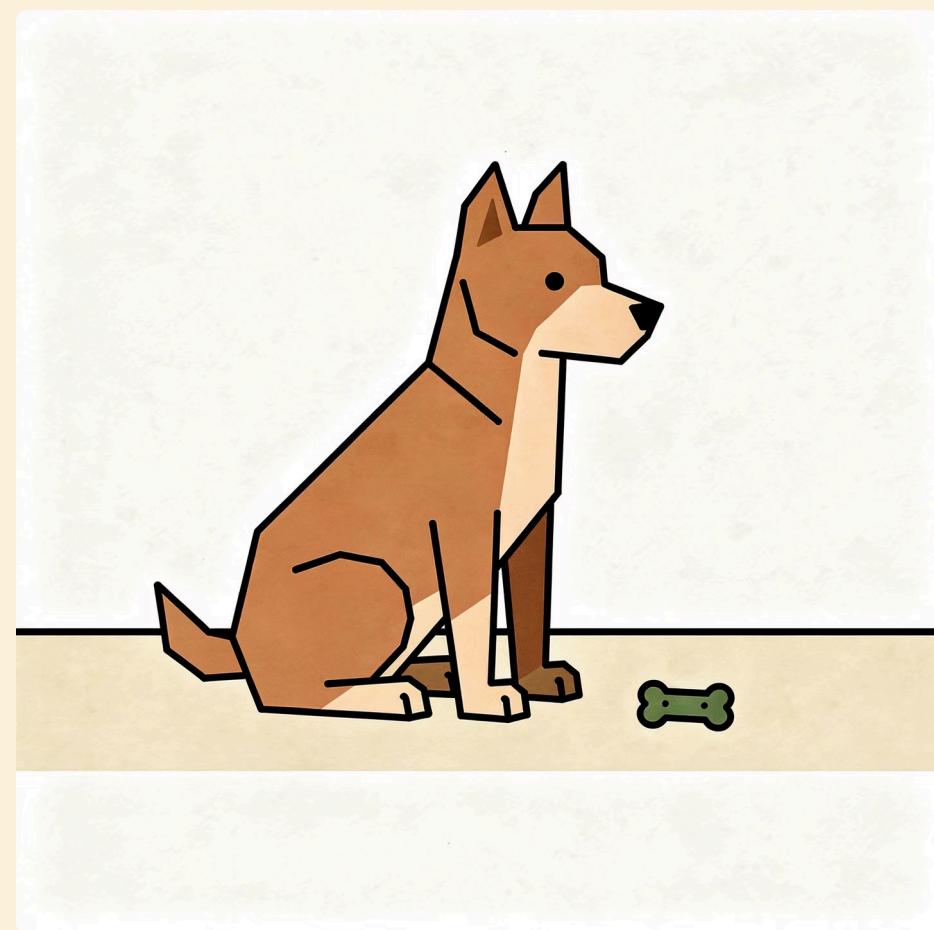
1 Punkt für jedes erfolgreiche Warten bis zum Freigabesignal.

Ziel: Mindestens 5 erfolgreiche Durchgänge am Stück.

Häufige Fehler vermeiden

- Nicht sprechen oder den Hund anstarren
- Die Hand nicht zu langsam schließen
- Nicht zu früh aufgeben – Geduld zahlt sich aus
- Auf Frustrationssignale achten (starkes Hecheln, Bellen)

Fortgeschrittene: Leckerli auf dem Boden – Distanz und Selbstbeherrschung



☐ Wann bist du bereit?

Starte erst mit dem Fortgeschrittenen-Level, wenn dein Hund das Anfänger-Level in 8 von 10 Versuchen sicher beherrscht. Geduld lohnt sich!

Die Übung im Detail



Ausgangslage

Dein Hund sitzt auf der Matte, du stehst aufrecht vor ihm – nicht mehr kniend wie bei den Anfängern.



Leckerli platzieren

Lege ein Leckerli deutlich sichtbar etwa 50 cm vor den Hund auf den Boden und decke es mit deinem Fuß oder deiner Hand ab.



Aufdecken und warten

Nimm Hand oder Fuß weg. Dein Hund muss im Sitz bleiben und Blickkontakt zu dir aufnehmen – nicht zum Leckerli starren.



Freigabe nach Blickkontakt

Erst nach stabilem Blickkontakt und deinem Freigabesignal darf dein Hund zum Leckerli gehen.

Steigerung für Fortgeschrittene

Sobald dein Hund sicher wartet, erhöhest du die Schwierigkeit: Bewege dich während des Wartens einen Schritt um deinen Hund herum. Diese zusätzliche Bewegung testet seine Konzentration und Impulskontrolle noch stärker. Achte darauf, dass du dich langsam und ruhig bewegst – hektische Bewegungen erschweren die Übung unnötig.

Profis:

Das geworfene Leckerli – Höchste Selbstdisziplin

Dies ist die Königsdisziplin der Impulskontrolle. Hier kommt alles zusammen: Distanz, Bewegung und die natürliche Jagdreaktion auf ein fliegendes Objekt. Dein Hund muss alle seine Instinkte überwinden und dir vertrauen.



Sichere Ausgangsposition

Dein Hund sitzt stabil auf der Matte, du stehst entspannt daneben. Achte auf eine lockere Körperhaltung – deine Anspannung überträgt sich auf den Hund.



Der entscheidende Wurf

Wirf ein Leckerli etwa 2 Meter weit weg. Der Hund muss im Sitz bleiben, obwohl sein Jagdinstinkt ihn zum Leckerli ziehen will.



Verdiente Freigabe

Erst nach Beendigung der Acht und deinem klaren Freigabewort darf dein Hund zum Leckerli flitzen und seine Belohnung genießen.



Die Acht durch die Beine

Während das Leckerli dort liegt, läufst du eine kleine Acht durch deine eigenen Beine. Diese Bewegung erhöht den Schwierigkeitsgrad enorm.

Wichtige Erschwerung

Wenn der Hund vorzeitig aufsteht, wird das Leckerli sofort mit dem Fuß abgedeckt und die Übung startet komplett neu. Der Hund erhält 0 Punkte für diesen Durchgang. Diese konsequente Regel ist essentiell – nur so lernt dein Hund, dass vorzeitiges Handeln ihn weiter vom Ziel entfernt, nicht näher.



Profi-Status erreicht

Dein Hund hat das Profi-Level gemeistert, wenn er in 5 aufeinanderfolgenden Versuchen ruhig sitzen bleibt und erst auf dein Signal hin losläuft. Herzlichen Glückwunsch!

Typische Herausforderungen und Lösungen

In jeder Trainingsstunde tauchen Herausforderungen auf. Die gute Nachricht: Fast alle lassen sich mit der richtigen Strategie lösen. Hier sind die häufigsten Stolpersteine und bewährte Lösungsansätze.

Der Hund wird frustriert und bellt oder jault

Lösung: Die Wartezeit ist noch zu lang. Gehe einen Schritt zurück und öffne die Hand bereits nach 1-2 Sekunden Ruhe. Baue die Zeit dann ganz langsam auf. Frustration verhindert Lernen – lieber viele kleine Erfolge als ein großer Frust.

Die Halter*in reagiert zu langsam beim Schließen der Hand

Lösung: Übe die Handbewegung zunächst ohne Hund, bis sie automatisch sitzt. Manchmal hilft es, die Übung zunächst mit einem weniger attraktiven Leckerli zu starten, damit die Halter*in mehr Zeit zum Reagieren hat.

Beim Profi-Level läuft der Hund sofort los, sobald geworfen wird

Lösung: Das ist völlig normal! Gehe zurück zum Fortgeschrittenen-Level und übe dort länger. Versuche zunächst, das Leckerli nur 50 cm weit zu legen (nicht zu werfen), bevor du die Distanz und Dynamik steigerst.

Der Hund schaut nie zur Halter*in, nur zum Leckerli

Lösung: Beginne damit, dass die Halter*in ein leises Schnalzen oder Küssen macht, um Aufmerksamkeit zu bekommen. Sobald der Hund hochschaut, sofort öffnen und freigeben. Nach und nach das Geräusch weglassen.

Die Halter*in vergisst das Freigabewort und wird unsicher

Lösung: Erinnere daran, dass das Freigabewort vor dem Training festgelegt werden sollte. „OK“, „Nimm“ oder „Go“ funktionieren gut – wichtig ist nur Konsistenz. Ein Post-it am Handgelenk kann in den ersten Stunden helfen.

Zusammenfassung und Erfolgsmessung

Der Snack-Stop ist mehr als nur eine Übung – er ist ein Werkzeug für ein entspannteres Zusammenleben mit deinem Hund. Die Fähigkeit, Impulse zu kontrollieren, überträgt sich auf unzählige Alltagssituationen und macht deinen Hund zu einem verlässlichen Partner.

Dein Weg zum Erfolg

1 Tägliche Übung

3x täglich 2 Minuten sind effektiver als einmal wöchentlich 30 Minuten. Regelmäßigkeit schafft Routine.



2 Geduld haben

Manche Hunde brauchen Wochen für Study, andere meistern Master in Tagen. Jeder Hund ist einzigartig.

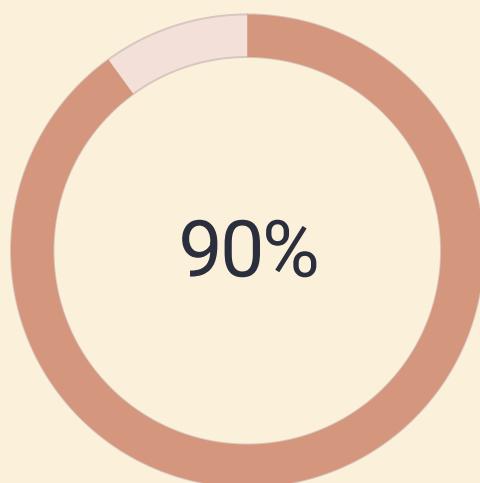
3 Im Alltag anwenden

Baue die Übung beim Füttern, vor dem Gassi-Gehen oder beim Spielen ein. Transfer ist der Schlüssel.

Erfolg sichtbar machen

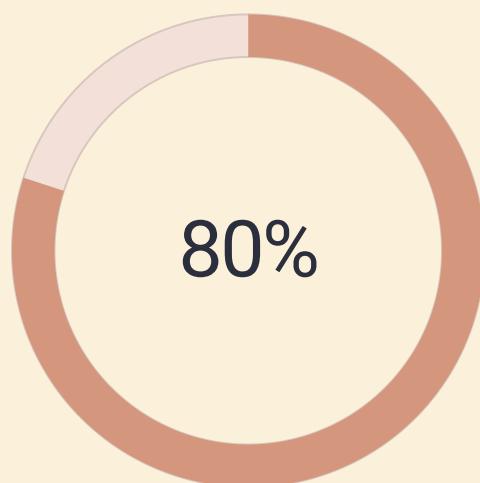
Führe ein kleines Trainingstagebuch. Notiere die Anzahl erfolgreicher Durchgänge pro Tag. Du wirst staunen, wie schnell sich Fortschritte zeigen!

Wann hast du dein Ziel erreicht?



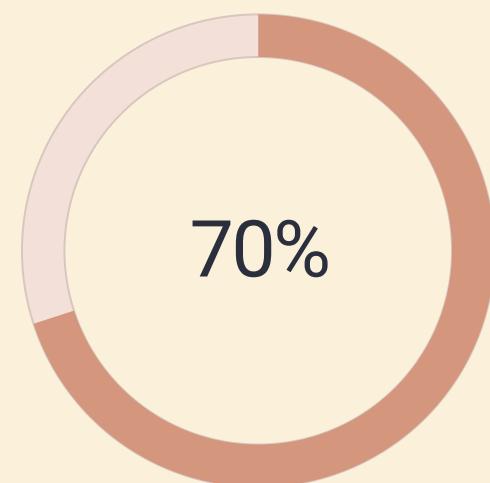
Erfolgsquote bei Anfänger

9 von 10 Versuchen klappt das Warten vor der geschlossenen Faust



Erfolgsquote bei Fortgeschrittene

8 von 10 Versuchen wartet der Hund beim Leckerli auf dem Boden



Erfolgsquote bei Profi

7 von 10 Versuchen bleibt der Hund beim geworfenen Leckerli sitzen

„Impulskontrolle ist kein Sprint, sondern ein Marathon. Feiere jeden kleinen Fortschritt – dein Hund tut es auch!“