



Psychologie

# Mentaltraining La-Ko-Ko

# In der Ruhe liegt die Kraft!

Teil 4

Im letzten Teil der La-Ko-Ko-Serie beschreibt Thomas Baumann, mit welcher extremen Belastungen erfolgreiche La-Ko-Ko-Teams innerhalb der Übungen umzugehen haben und welche Alltags-Souveränität dadurch erreicht werden kann.

Das Mental-Training La-Ko-Ko (wir erinnern uns: **La**-ngsamkeit, **Ko**-nzentration, **Ko**-ordination) kann definitiv nur dann erfolgversprechend sein, wenn damit letztlich eine hohe Alltags- und somit Praxis-Tauglichkeit erreicht wird.

Jeder Hundebesitzer, der sich dazu entscheidet, seine Führkompetenz in kritischen Alltags-Situationen erheblich zu verbessern, erwartet vom „Dienstleister“ Hundetrainer nicht nur Trainings-, sondern in allererster Linie Praxis- und somit Alltags-Erfolge.

Ein Führtraining kann in seiner grundlegenden Qualität nur bestehen, wenn es den Anforderungen im Alltag gewachsen ist oder – noch besser – diese Anforderungen übertrifft.

Mit diesem Anspruch kam auch vor einiger Zeit die Besitzerin der sozial kritischen Schäferhündin Paula zu uns.

Um eine Praxis-Tauglichkeit im Alltag gewährleisten zu können, sind zwei Vorstufen erforderlich, von denen keine einfach übersprungen oder versäumt werden darf.

Im Anfangs-Stadium ist das La-Ko-Ko-Einmaleins unbedingt außerhalb von Konflikten beziehungsweise Stressoren durchzuführen. Der Hundebesitzer muß die Gewißheit haben, daß er die technischen Grundregeln der neuen Führtechnik erlernen kann, ohne sich gleichzeitig auf mögliche Barrieren durch irgendwelche streßfördernden Umwelteinflüsse einstellen zu müssen.

Erst, wenn das mentale Führtraining – ohne Ablenkungen – harmonische Formen annimmt, ist ein schleichender Übergang in

Die Praxis-Tauglichkeit des Mental-Trainings La-Ko-Ko im Alltag ist ausgesprochen hoch. Aus der Routine im Fortgeschritten-Training ergibt sich letztlich das freie La-Ko-Ko-Training, bei dem auf jegliche Hilfsmittel wie Leine oder Kopfhalter verzichtet werden kann.

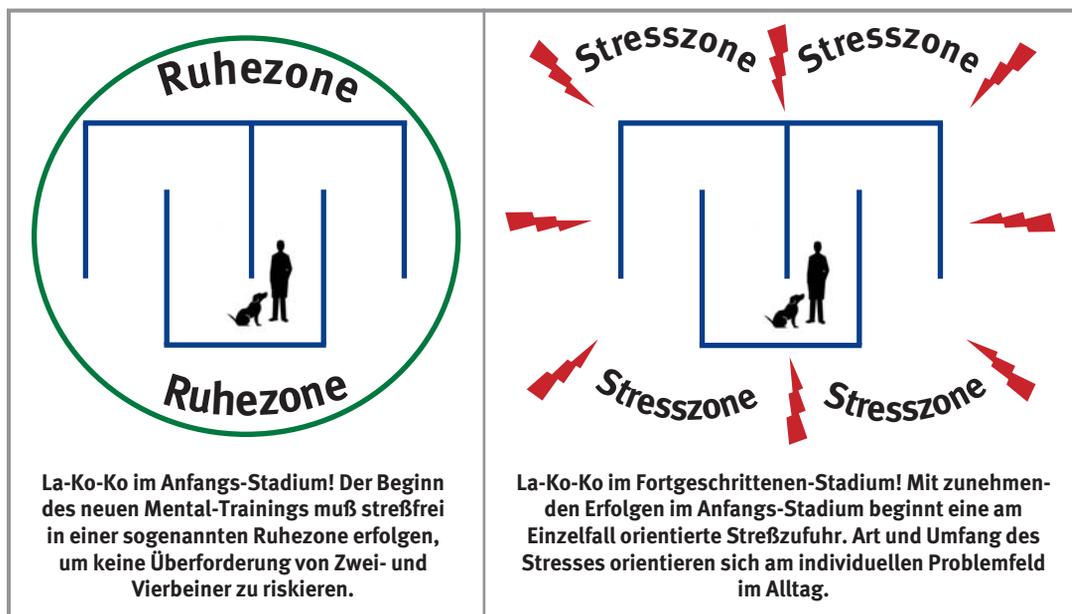
das Fortgeschrittenen-Stadium sinnvoll. Und in diesem Fortgeschrittenen-Stadium beginnt mit einer kontinuierlich zunehmenden Streß-Zufuhr der Reifeprozess für künftige Alltags-Situationen.

Die grafischen Erläuterungen verdeutlichen dieses Prinzip noch einmal.

Ein anleitender Hundetrainer muß insbesondere im Fortgeschrittenen-Stadium eine ausgesprochen hohe Konzentrationsfähigkeit in dreierlei Hinsicht unter Beweis stellen. Ihm obliegt nicht nur die Verantwortung darüber, Dosis, Distanz und Umfang der Streßzufuhr möglichst exakt auf das Leistungsvermögen der übenden Parteien abzustimmen. Er muß gleichzeitig die Auswirkungen der Streßzufuhr an den körpersprachlichen Merkmalen des Hundes früh und zutreffend

### UNSER AUTOR

Thomas Baumann ist Sachverständiger, erfolgreicher Fachbuchautor und Ausbildungsleiter eines Hundezentrums. In den vergangenen Jahren hat er sich insbesondere im Umgang mit schwierigen Hunden einen Namen gemacht. Neben zahlreichen Seminaren im Hundezentrum bei Dresden bietet er auch Auswärtsseminare an. Mehr unter [www.dogworld.de](http://www.dogworld.de)



erkennen. Und letztlich muß er auch noch ein Auge für das Empfinden des vom zunehmenden Streß meist verunsicherten Hundebesitzer werfen.

Erscheinen Zwei- und Vierbeiner weitgehend sicher, wird die Streß-Dosis erhöht, befällt hingegen den Zwei- oder Vierbeiner eine offensichtliche Unruhe, muß die Streß-Dosis wieder reduziert werden oder die räumliche Distanz zwischen Streßobjekt und übenden Parteien erhöht werden.

Noch immer steht innerhalb des Fortgeschrittenen-Trainings die berechtigte Frage, ob und wie der Transfer vom La-Ko-Ko-Training in den praxisorientierten Alltag erfolgen kann.

Sehr interessant ist dabei die Erfahrung, daß das im Training erfolgte harmonische „Zusammenwachsen“ zwischen Hund und Besitzer die gegenseitige, ne-



Video-Sequenzen zur Schäferhündin Paula, die sich gerne verselbständigte und andere Vierbeiner „angiftete“, wenn bei ihren Spaziergängen Artgenossen auftauchten. Die Führansprüche von Frauchen fruchteten nicht.



La-Ko-Ko-Anfänge mit Paula in der Ruhezone! Die Hundebesitzerin richtet ihre Aufmerksamkeit zu Beginn unter Anleitung ausschließlich auf die Elemente Langsamkeit, Konzentration und Koordination. Keinesfalls darf zu diesem frühen Zeitpunkt eine Streß- beziehungsweise Konfliktzufuhr erfolgen.

Fotos: Baumann

gative Stimmungs-Spirale zunehmend aufweicht.

Ein Mensch-Hund-Team, das im stark konfliktorientierten Fortgeschrittenen-Training dank La-Ko-Ko und einer damit verbundenen kompetenten Anleitung zu einer weitgehenden Ruhe und Gelassenheit findet, bricht nicht einfach im Alltag wieder auseinander. Der Zweibeiner hat doch erfolgreich und letztlich

souverän provozierten Einflüssen zu widerstehen gelernt. Und dies alles ohne Hysterie oder gar brutale Zwangseinwirkungen. Verblüfft und auch erleichtert nehmen die meisten La-Ko-Ko-Kunden zur Kenntnis, daß unmittelbar nach einer streßreichen und konfliktgeladenen Trainingseinheit im Labyrinth beispielsweise die Hundebegegnung im Alltag wesentlich streßfreier als vorher verläuft.

zurückschalten zu können, muß bei jedem guten Trainer vorausgesetzt werden.

### Freies La-Ko-Ko-Training

Sozusagen das Sahne-Häubchen im La-Ko-Ko-Training ist das Freie Training außerhalb und –

später – innerhalb von Konfliktsituationen.

Ein derart zusammengewachsenes Team versetzt das Umfeld durchaus in Staunen. Insbesondere dann, wenn die ursprünglich negativen Verhaltensweisen eines Hundes dem Betrachter im Vorfeld bekannt waren. ➔

### BuchTip

Thomas Baumann  
**...DAMIT WIR UNS VERSTEHEN**  
**Die Erziehung des Familienhundes**  
 Baumann-Mühle-Verlag,  
 6. Auflage 2005, € 19,90



Bezug über Fax: 03 52 09/2 02 34;  
 E-Mail: dogworld@t-online.de

### Training streßreicher als der Alltag

Bei guten Fortschritten im La-Ko-Ko-Training scheuen wir uns keineswegs, provozierte Streß-Situationen intensiver und konfliktreicher zu gestalten als dies im Alltags-Geschehen der Fall ist.

Es ist und bleibt immer eine Einzelfall-Entscheidung, welches Stressoren-Programm der Trainer innerhalb der La-Ko-Ko-Übungen anbietet. In diesem Zusammenhang ist es ratsam, bevorzugt in kleinen Schritten das Konfliktvolumen gegenüber Zwei- und Vierbeiner zu erhöhen. So sind sehr schnelle und effektive Erfolge beim einen oder anderen Team durchaus möglich. Diese Erfolge sollten aber nicht zu überzogenen „Schnellschüssen“ bei anderen, nicht so hoch belastbaren Teams führen.

Die Fähigkeit, innerhalb eines Trainings wieder mal einen Gang

## Rechtsanwaltskanzlei

### Wolfgang Becher

Rechtsanwalt und Fachanwalt für Familienrecht

#### Tätigkeitsschwerpunkte:

Tierhalterrecht · Tierarzthaftungsrecht · Vereinsrecht

Wißstraße 18a (am Hansaplatz) · 44137 Dortmund

Tel.: 02 31/2 26 85 60 · Fax: 02 31/ 2 26 85 67

kanzlei@wolfgang-becher.de · www.wolfgang-becher.de



#### FORTAN® OHRPFLEGE

reinhaltet und pflegt besonders schonend; entfernt den Schmutz, desodoriert und schützt vor negativen äußeren Einflüssen.

#### FORTAN® ZAHNPFLEGE

Bewährte, anwendungsfreundliche Aktiv-Pflege schützt vor Bakterienbelägen und entfernt Auflagerungen; für gesundes Zahnfleisch und weiße Zähne.

#### FORTAN® SHAMPOO-Konzentrate

Intensive Pflege durch ätherische Öle. Alkalifrei und hautfreundlich; auch mit Teebaumöl. Verschiedene Shampoos für lang- und kurzhaarige Hunde.

#### FORTAN® UNIVERSAL-FLUID

schützt den Hund wirksam vor Flöhen, Läusen, Milben, Zecken, Haarlingen usw. Einfache Anwendung durch Einsprühen der Lagerstätten des Hundes.

Fordern Sie unverbindlich unsere Info-Unterlagen an.

**FORTAN** GmbH & Co KG · Postfach 21 06 64 · 42356 Wuppertal  
 Telefon 02 02 / 46 22 16 + 46 71 40 · Fax 02 02 / 46 96 06 · www.fortan.de

Psychologie

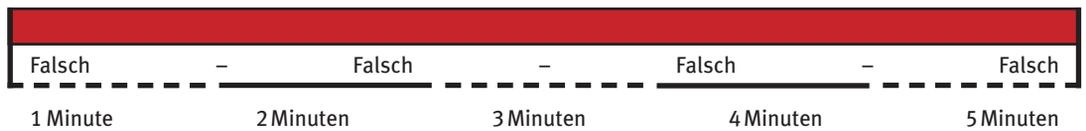
Im Freien Training verzichtet der Hundebesitzer auf jede Form von technischen Hilfsmitteln wie Leine und Kopfhalter.

**La-Ko-Ko-Trainingsfehler**

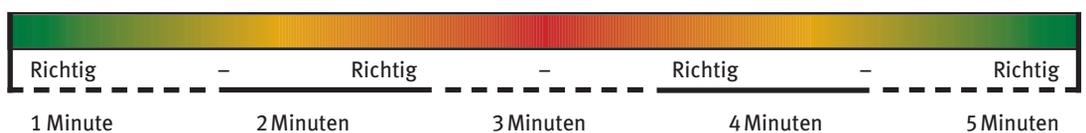
Jeder Hundetrainer, Verhaltensberater oder auch Hundehalter, der sich am La-Ko-Ko-Mentaltraining versucht, muß vor einem fatalen Fehler innerhalb des Fortgeschrittenen-Trainings gewarnt werden.

Vereinzelt gab es bereits Nachahmer des La-Ko-Ko-Trainings, die durch einen deftigen Fehler unbewußt Erfolgseinbußen hinnehmen mußten. Im Fortgeschrittenen-Training ließen sie Zwei- und Vierbeiner bei beispielsweise fünf Minuten-Labyrinth-Übungen tatsächlich fünf Minuten lang unter Streßzufuhr arbeiten. So geriet das Team bereits zu Beginn der Übungen bis zu deren Abschluß förmlich unter „Dauer-Beschuß“. Es muß vollkommen klar sein, daß diese Formel mit teilweise negativ

**Stress Stress Stress**



**Ruhe Stress Ruhe**



bleibenden Empfindungen – insbesondere für den Hund – verbunden sein muß.

Also, bitte das obenstehende Falsch-Modell nicht anwenden!

Das korrekte Modell im Fortgeschrittenen-Training sieht beispielsweise so aus, daß bei fünf Minuten-Labyrinth-Übungen die erste Minute streßfrei verläuft. Von der zweiten bis zur vierten Minute kann die Streßzufuhr erfolgen. Der abschließende Part – die letzte Minute – muß erneut in einer Ruhephase enden. Es kommt somit bei einem Hund

nicht zu der Fehlverknüpfung „raus aus dem Labyrinth und ich habe Ruhe“, sondern „im Labyrinth komme ich nach dem stets vorübergehenden Streß auch wieder zur Ruhe“.

Deshalb bitte das Fortgeschrittenen-Modell anwenden.

**Abgrenzung von der Tellington-Bodenarbeit**

Ich wurde wiederholt gefragt, ob denn das La-Ko-Ko-Training nicht inhaltlich mit der Bodenarbeit von Linda Tellington-Jones

vergleichbar sei. Hier muß – ähnlich wie beim berühmten Äpfel- und Birnenvergleich – eine deutliche Abgrenzung erfolgen.

Die Weg-Ziel-Konstellation des La-Ko-Ko-Trainings enthält andere Schwerpunkte als die Tellington-Bodenarbeit. Dabei geht es keinesfalls um eine Gegenüberstellung von Besser oder Schlechter. La-Ko-Ko ist einfach anders und enthält trotz vergleichbarer Führelemente eigenständige Kernstrukturen, die mit der Tellington-Bodenarbeit nicht vergleichbar sind.

Die Langsamkeit im La-Ko-Ko-Training ist wesentlich ausgeprägter, da zunächst nicht der Hund im Vordergrund steht, sondern dessen Besitzer. Im La-Ko-Ko-Training wird von Beginn an elementarer Wert auf den Führanspruch des Hundebesitzers gelegt. Die Tellington-Bodenarbeit lehnt einen konsequenten Führanspruch in dieser Form ab und verbietet Zwangseinwirkungen weitgehend. Auch wenn Zwänge (keinesfalls Brutalität) durch den Hundebesitzer im La-Ko-Ko-Training auf ein Mindestmaß reduziert werden: Sie sind teilweise nötig, um die künftige Zielstellung einer hohen Führkompetenz zu erreichen.

Während die Tellington-Bodenarbeit Hoffnung auf eine Gesundung des Hundes von „innen heraus“ setzt, soll im La-Ko-Ko-Training diese Gesundung primär durch ein völlig verändertes Führverhalten des Besitzers gegenüber seinem Vierbeiner gewährleistet werden.

Damit ist eine Vergleichbarkeit der beiden Führsysteme genau genommen nicht möglich.

Ein Hundebesitzer muß sich bei seiner Entscheidungsfindung, auf welches Trainings-System er im Bedarfsfall zurückgreift, seiner Zielstellung bewußt werden.

Möchte er dem Hund helfen, dessen Verhalten zu stabilisieren, ohne einen hochgradigen Führanspruch zu stellen, ist sicher die Tellington-Bodenarbeit zu bevorzugen.



Langsam wird es ernst! Paula (im Hintergrund) nach erfolgreichem Basis-Training bei den Fortgeschrittenen-Übungen. Da die Besitzerin von Paula zu diesem Zeitpunkt genau weiß, wie sie ihre neu formulierten Führansprüche auch erfolgreich unter Streß umsetzen kann, hat sie Paula zunehmend besser im Griff.



Die ersten Ergebnisse des La-Ko-Ko-Trainings in Alltags-Situationen können sich sehen lassen! Paula akzeptiert die deutlich erhöhten Führansprüche ihrer Besitzerin, ohne daß im Vorfeld erhebliche Zwangseinwirkungen erforderlich wurden. Jetzt – außerhalb des La-Ko-Ko-Trainings – kann auch wieder eine positive Verstärkung durch Leckerli-Gaben erfolgen.



Schlimmer kann es im Alltag kaum kommen! Unser eigener Schäferhund (links), bei dem nach einem bestimmten Hörzeichen lautstarke Sozialaggression quasi auf „Abruf“ möglich ist, provoziert Paula auf sehr kurze Distanz. Paula, die zuvor von ihrer Besitzerin in die Platz-Position gebracht wurde, wendet sich ihrer Besitzerin zu und läßt sich zu keinem Zeitpunkt provozieren.

Setzt er hingegen bei der Hilfestellung zur Gesundung seinen künftig hohen Führungsanspruch in den Mittelpunkt des Geschehens, so ist das La-Ko-Ko-Training wirkungsvoller.

### La-Ko-Ko-Arbeit für Diensthunde & Co.

Vierbeiner, die im Dienst des Menschen stehen, glänzen häufig durch überschäumendes Temperament verbunden mit einer hohen trieblichen Erwartung unmittelbar vor Trainings- oder Einsatzbeginn. Diese triebliche Energie ist innerhalb der geleisteten Arbeit gewünscht und gewollt. Doch gibt es beispielsweise



zahlreiche Rettungshunde, die auf dem Weg vom Pkw zur Trainings- oder Einsatzörtlichkeit vor Erregung jaulen, bellen, an der Leine ziehen und vieles mehr. Dieser Energieverlust geht defini-

tiv auf Kosten der noch zu erwartenden Leistung in der Trainings- oder Einsatzsequenz. Mit dem La-Ko-Ko-Training wird hingegen eine Energiebündelung erreicht, die zweifelsfrei die spätere Leistung verbessert (mehr Energie = höheres Leistungsvermögen). In den zurückliegenden Monaten konnten wir bei unseren Dienst- und Rettungshund-Seminaren vielen Teams das La-Ko-Ko-Training entsprechend erfolgreich vermitteln.

Nun darf jedoch niemand eine gewollte Energieleistung des Hundes mit der nervösen und häufig angstaggressiven Verhaltensstruktur eines schwierigen Hundes verwechseln. Deshalb sei abschließend nochmals klar gestellt: Bei leistungsorientierten und gewollten Verhaltensstrukturen kann durch La-Ko-Ko eine Energiebündelung im positiven Sinne stattfinden; bei sogenannten Problemhunden findet durch La-Ko-Ko ein kontinuierlicher Abbau von unerwünschtem Verhalten (Angst/Aggression) statt.

Das besondere Fazit der La-Ko-Ko-Arbeit: Die meisten der zur Ruhe und Gelassenheit inspirierten Zweibeiner schöpfen neue

**Sozialer Streß im La-Ko-Ko-Training fordert von Zoras Besitzerin einen konzentrierten und vor allem konsequenten Führungsanspruch. Eine eigenständige Entscheidungs-freiheit für den Hund steht in dieser Trainings-Phase unter einer Verbotsnorm. Dieser ausgesprochen hohe Führanspruch muß als deutlichster Unterschied zwischen dem La-Ko-Ko-Training und der Tellington-Bodenarbeit angesehen werden.**

Kraft und Souveränität, durch deren Stimmungsübertragung sich letztlich auch das Verhalten des Vierbeiners positiv wandelt.

### BuchTip

Thomas Baumann  
**WAS HÜNDCHEN NICHT LERNT...**

**Welpen und Junghunde verstehen, prägen und erziehen**  
Baumann-Mühle-Verlag,  
3. Auflage 2005, € 14,90  
Thomas Baumann



Bezug über Fax: 03 52 09/2 02 34;  
E-Mail: dogworld@t-online.de



**Völlig losgelöst! Das Freie Training innerhalb der La-Ko-Ko-Übungen mit dem Ziel einer möglichst weitreichenden mentalen Übereinstimmung ohne technische Hilfsmittel. Ein durchaus realistisches Ziel auch für Besitzer von schwierigen Hunden. Wie die beiden obenstehenden Bilder verdeutlichen, gibt es im Alltag genügend Trainingsgelände. So lassen sich Slalom- und Labyrinth-Übungen (linkes Bild Stangen, rechtes Bild Bodenlinien) nahezu überall durchführen.**

**JETZT im Fachhandel erhältlich!**

## DVD – Die Hundeschule **GRATIS\***



bosch Tiernahrung GmbH & Co. · D · 74572 Blaufelden-Wiesbach  
Telefon: ++49 (0) 79 53 / 87 - 95 · Germany  
[www.bosch-tiernahrung.de](http://www.bosch-tiernahrung.de)



... kompetent, kreativ, konkret.

### Hundeschule auf DVD!

Sie erhalten beim Kauf einer 15-kg-Verpackung eines unserer Junior-Produkte eine hochwertige DVD **gratis\***.

Eine namhafte Verhaltenstherapeutin zeigt eindrücklich und leicht nachvollziehbar Erziehungsübungen für Ihren Hund.

\*Angebot gültig solange der Vorrat reicht.

