

Indholdsfortegnelse

[Om forfatteren](#)

[Forfatterens forord](#)

[Nogle få ord om hvordan man bruger denne bog](#)

1. Del (66 sider): "En Hunds Intelligens er en Frygtelig Ting at Spilde..."

[Hvad er problemet? Og hvordan løser vi det?](#)

1. Kapitel: **[NOGLE VELKENDTE PROBLEMER...](#)**

[Destruktiv adfærd](#)

[Separationsangst](#)

[Hyperaktivitet](#)

[Vedholdende gøen](#)

[Tvangsadfærd](#)

[Tiden heler alle sår...](#)

[Fællesnævneren for disse problemer](#)

[Note vedrørende sygdom](#)

2. Kapitel: **[ADFÆRDSPROBLEMERS OPRINDELSE](#)**

[Forsøg med konkurrenceprogrammer](#)

[Effekten af næsarbejde](#)

[Brug af HjerneGymnastik til at løse adfærdsproblemer](#)

[Mine personlige erfaringer fra rådgivning og træning](#)

[Anders Hallgren's klassiske opdagelse](#)

[Anders Hallgren's efterfølgende undersøgelse](#)

3. Kapitel: **[VÆLGE OG AFSTEMME AKTIVITETER](#)**

[Balancen mellem fysisk og mental energi](#)

[Læren fra Forfader Ulv](#)

[Hvordan instinkter virker...](#)

[Om at leve med stress...](#)

[Meningsfuld aktivitet](#)

[Adfærdssynkronisering](#)

["Min hund er ikke et problem..."](#)

4. Kapitel: **[TILRETTELÆGNING AF HJERNEGymNASTIK](#)**

[Hvad der kræves for at give passende HjerneGymnastik](#)

[De vigtigste former for aktivering](#)

[Igangsætning af HjerneGymnastik](#)

[Fem-trins model til at skabe værdifuld HjerneGymnastik](#)

[Hvordan du ved, at du gør det godt nok...](#)

[Eksempelvis oversigt over øvelse i HjerneGymnastik](#)

2. Del (112 sider): "Hvad Alle Kvikke Hunde Gerne Vil Have at Deres Ejere Ved..."

[Velkommen i Hundeskolen!](#)

5. Kapitel: **SAMMENSÆTNING AF EN TRÆNINGSMETODE**

[Den grundlæggende "opskrift" på al træning](#)

[Shaping – et relevant alternativ?](#)

[Stretching – dit første valg!](#)

[Skal hunden lære dansk?](#)

[Note vedrørende hundes evne til at forstå navne](#)

[Hvor meget træning er nok?](#)

[Note om at snuse](#)

[Hvor ofte er det nødvendigt?](#)

[Balancen mellem mental og fysisk aktivering](#)

[Forståelse af belønningens natur](#)

[Hvornår er straf nødvendig...?](#)

6. Kapitel: **HJERNEGymNASTIK I PRAKSIS**

[Komme i gang...](#)

[Anvendelsespotentialet](#)

[At lære at gøre enkle ting på kommando](#)

[Almindelig problemløsning](#)

[Kropsbalance](#)

[Næsearbejde](#)

7. Kapitel: **INTRODUKTION AF DE PRAKTISKE ØVELSER**

[Dit første valg](#)

[Næste trin i forberedelserne](#)

[Dit planlægningsgrundlag](#)

[Forbindelsen mellem indlæringsprincipperne og de fem træningstrin](#)

[Planlægning af den videregående træning](#)

8. Kapitel: **OBLIGATORISKE ØVELSER**

[Dine værktøjer](#)

[Din træningsplan, første uge](#)

[PAUSE - "øvelse slut"](#)

[GODBID - "kom og få den!"](#)

[SLIP - "lad mig få den genstand"](#)

[PARKÉR – "bliv her og vent på mig"](#)

[GIV-AGT – "sæt dig ned og kig på mig"](#)

[LEGETID - "nu skal vi lege!"](#)

9. Kapitel: **UDNYT MULIGHEDERNE**

[Din videregående træningsplan](#)

[Hvad med familien?](#)

[Hvor man begynder...](#)

[Lad hunden komme med dig](#)

[Resultatrapportering](#)

REFERENCER

[Tilbage melding](#)

3. Del: Praktiske Øvelser

3A (129 sider): Simple Lydighedsøvelser

Introduktion af Lydighedsøvelserne

KLÆD-PÅ - få halsbånd på

TIS-AF & TØM-UD

SLIK-DIG om munden

KYS-MIG

Hvor-er-MIN-NÆSE

STÅ - blive stående

BUK - sænke hovedet

STRÆK - sænke fronten

RYST-DIG

SPIN (HØJRE & VENSTRE)

SIT - holde rumpen på jorden

DREJ (HØJRE & VENSTRE)

POTE & KEJTEN

VINKE

"HIGH-FIVE"

DÆK - holde brystet på jorden

"Gå hen og læg dig"

KRAVLE

LIG-DØD

RUL-RUNDT

SPRING

IGENNEM

BESØG - hilse på en fremmed

MIDDAG - "nu må du spise"

3B (44 sider): Simple Problemløsningsøvelser

Principperne for træning af Problemløsningsøvelser

UDRED linen

Find en OMVEJ

Finde ADGANG til noget

GENNEBRYD det dække!

PAK-UD - pakke en gave ud

GUF-BOLD

3C (56 sider): Simple Kropsbalanceøvelser

Principperne for træning af Kropsbalance

- Grundlæggende kontrol:

FREMAD & VENTE

HOP-OP & STIG-NED

VENSTRE/HØJRE/OMKRING

SPRING & IGENNEM

- Forhindringsbaner:

Din egen forhindringsbane

Naturen - én stor forhindringsbane

Forhindringer i dit nabolag

Agility

3D (73 sider): Simple øvelser i Næsearbejde

Principperne for Næsearbejde

MADJAGT indendørs

MADJAGT udendørs

TØJJAGT - finde gemt legetøj

Mogens Eliassen: "HjerneGymnastik for Kvikke hunde"

GAVEJAGT

NØGLEJAGT - finde nøglerne

Finde andre identificér-bare objekter

Perspektiverne for videregående søge-opgaver

FØLG-DET duftspor

Hvad du bør vide om "fært"

TAG-KONTAKT - finde mennesker i skjul

Terapi for menneskesky hunde

Hilseøvelser for balstyriske hunde

Formelle konkurrenceøvelser i "søg"

Bare for sjov...

Seriøst Redningshundearbejde

(Understreget blå tekst er hyperlinks i originalen.)