

## Skriv ett trygghetsavtal

Avsnittet *Trygghetsrollen*, sidorna 23-58

Enskilt arbete, grupparbete och diskussion

Ett bra sätt att hitta den trygghetsroll man vill ha gentemot sin hund är att upprätta ett trygghetsavtal. I ett sådant skriver man in ett antal punkter som man lovar att hålla sig till i sitt hundägande. Genom att fundera på vad som ska stå i avtalet blir man medveten om vad det innebär att vara en trygg ägare för sin hund.

Ett bra upplägg är att be kursdeltagarna, som hemläxa, att tänka igenom vad som ska stå i deras avtal. Utgångspunkten är avsnittet Trygghetsrollen i boken. Som hjälp kan deltagarna även få en lista på tänkbara punkter (se nedan). Idén är dock att varje deltagare ska se till sig själv och sin egen hunds behov för att forma ett individuellt avtal. Begränsa gärna antalet punkter till 5-7 stycken, detta för att få deltagaren att hitta de mest betydelsefulla avtalspunkterna.

Vid nästa kurstillfälle har alla med sig ett utkast till avtal. Här kan det vara fruktbart att sätta deltagarna i mindre grupper, och be dem att diskutera hur de tänkt kring sina listor. Efter det är det bra med en helgruppsdiskussion på 10-15 minuter. Hur mycket har var och en utgått från sig själv när listorna skapats. Från hundens behov? Finns det några likheter mellan listorna? Några annorlunda punkter som kommit fram?

Efter det får kursdeltagarna i uppgift att till nästa gång göra klart sina avtal. De får gärna utformas på ett prydligt sätt, med namnteckning och allt. Kanske de som vill tar med sina avtal till nästa gång? Ett bra tips är sedan att de sätts upp i hemmet på ett ställe de är väl synliga, kanske på kylskåpsdörren. Då är det lätt att påminna sig själv om avtalet.

Exempel på avtalspunkter:

Jag lovar att vara vänlig mot dig  
Det är min uppgift att vara pedagogisk då vi tränar  
Du kan inte klandras för att jag är otydlig i min kommunikation  
Jag ska försöka undvika att utsätta dig för situationer som gör dig rädd och orolig  
Jag kan vara bestämd mot dig, men jag ska vara noga med att visa att du även då kan vara trygg med mig  
Jag kommer att stötta dig då du hamnar i en situation du har svårt att reda ut själv  
Jag vill lära dig att vara trygg även då du är ensam  
Jag vill att du ska uppskatta att umgås med mig  
Eftersom det är jag som tävlar (och inte du) så är det bara jag som ska behöva drabbas av min eventuella besvikelse  
Jag vill att du ska gilla min närhet och beröringen av mina händer  
Jag kommer inte att träna dig på ett sätt som du upplever som obehagligt  
Det är min uppgift att lära dig om alla konstigheter man kan stöta på  
Jag vill verkligen försöka förstå hur du tänker och känner  
Jag vill få dig att uppskatta avkoppling tillsammans med mig  
Även om jag kan stötta och hjälpa dig då du blir rädd lovar jag att även utveckla din egen självsäkerhet  
Jag ska hålla mitt humör i schack då jag är med dig  
Jag ska se till att du får dina grundläggande behov tillgodosedda  
Jag kommer inte att pressa dig över din förmåga

