



Wibrys i Trufla

Komenda „leż”

Etap 1 – naprowadzanie smakołykiem

Wbrew pozorom bardzo dużo psów ma na początku problem ze zrozumieniem czego oczekujemy w tym zadaniu. Jeżeli zaczęliśmy już uczyć psa rezygnacji, mogą pomylić komendy i myśleć, że nie wolno im zjeść smaczka i zamiast ugiąć łapki będą odchodzić od ręki ze smaczkiem. Dlatego zanim zaczniemy, warto przygotować sobie kilka smaczków w dłoni, wydać psu z dwa-trzy smaki „za darmo” i dopiero wtedy zacząć ćwiczyć. Mając stojącego przed sobą psa wyciągamy dłoń ze smakołykiem przed jego nos i wolnym, płynnym ruchem przesuwamy rękę pod psa – w stronę klatki piersiowej, pomiędzy przednie łapy psa. Na początku chcemy tylko, by pies ugiął przednie łapy, równocześnie obniżając przednią część ciała. Nie zwracamy uwagi na jakiekolwiek próby wydostania smaczka, lizanie czy trącanie łapą naszej ręki, trzymamy ją cały czas w tym samym miejscu blisko ziemi. Gdy tylko pies choć trochę obniży przód ciała, chwalimy i nagradzamy otwierając dłoń i pozwalając zjeść zawartość.

Z każdą kolejną powtórką czekamy na trochę wyraźniejsze zgięcie przednich łap w łokciach, aż w końcu dojdziemy do tego, że pies pięknie się kłania, czyli całe przednie łapy aż do łokci leżą na ziemi. Gdy dojdziemy do tego etapu, staram się podać psu kilka smakołyków jeden za drugim, tak by nie podniósł się z powrotem, ponieważ nie jest to zbyt wygodna pozycja, więc jeżeli uda mi się zatrzymać psa w niej na dłużej, to dla wygody położy i zad :) Wtedy znów go chwalam i dorzucam jeszcze kolejne smaczki by wzmocnić psa w tym, że to była dobra decyzja.

Ważne! Na początku wymagaj naprawdę niewiele, by nie zniechęcić psa do kombinowania.

Etap 2 – pełne leżenie i naprowadzanie pustą dłonią

Gdy doszliśmy już do tego etapu, to zaczynamy wymagać pełnego położenia – zaczynam tak samo: dłoń ze smakołykiem przesuwam w dół pod klatkę psa i czekam, aż pies całkowicie się położy, dopiero wtedy chwalam i nagradzam. Gdy



Wibrys i Trufla

pies za każdym razem kładzie się naprowadzany w ten sposób, to możemy przejść do kolejnego etapu, jakim jest naprowadzanie pustą dłonią. Po jednej lub dwóch powtórkach naprowadzania smaczkiem próbujemy wykonać dokładnie taki sam ruch, mając tym razem rękę pustą, bez smaczka (dłoń zamykamy i udajemy, że mamy coś w środku). Gdy tylko pies się położy, chwalimy i natychmiast nagradzamy psa smakołykiem z drugiej ręki (możemy też przełożyć smaka do ręki, którą naprowadzaliśmy i z niej nagrodzić). Wracamy do naprowadzania smaczkiem i po kilku powtórkach znowu naprowadzamy psa pustą ręką. Ćwiczymy dalej naprzemiennie – nasza dłoń jest raz pusta, raz ze smaczkiem. Staramy się, aby w każdej kolejnej sesji było coraz więcej powtórek z pustą ręką, aż w końcu będziemy mogli całkowicie wyeliminować naprowadzanie smakołykami.

Etap 3 – ograniczanie gestu i dodawanie hasła

Jeżeli jesteśmy już na takim etapie, że nasz pies za każdym razem kładzie się naprowadzany pustą ręką, możemy zacząć pracować nad ograniczaniem gestu. Zaczynamy od tego, by naprowadzać psa płaską dłonią, robimy to powoli, z każdą powtórką starając się coraz bardziej otworzyć dłoń, ale w dalszym ciągu pokazujemy ten gest obniżając rękę do samej ziemi. Gdy osiągniemy taki efekt, że płaską dłoń kierujemy do ziemi, a pies od razu się kładzie, czas na dodanie komendy.

Stojąc wyprostowani przed psem wypowiadamy hasło, np. „waruj”, „leż”, po czym wyciągamy rękę i robimy ten sam gest do ziemi, co wcześniej, a gdy pies się położy – chwalimy i nagradzamy. Następnie zaczynamy z powtórki na powtórkę zawieszać rękę coraz wyżej. Małymi kroczkami dążymy do tego, aby pies kładł się zaraz po tym, jak usłyszy komendę i zobaczy gest dłoni skierowanej do dołu, gdy my stoimy wyprostowani. Jeżeli na którymkolwiek z etapów zauważymy, że pies ma trudności z wykonaniem ćwiczenia – cofamy się do poprzedniego etapu i staramy się z mniejszymi przeskokami coraz wyżej zawieszać rękę. Wciąż nagradzamy każdą dobrze wykonaną powtórkę smakołykiem wydawanym przy samej ziemi – a najlepiej kilkoma

Ważne! Pamiętajmy, aby nie powtarzać hasła, mówimy je raz i dajemy psu czas na jej wykonanie (możemy dłużej pokazać gest).



Wibrys i Trufla

Etap 4 – Komenda zwalnijąca.

Na tym etapie musimy już wprowadzić całość, czyli hasło, potem gest, potem pochwała, nagroda, i hasło zwalnijące (to samo, co w siadzie), po czym możemy odejść, przejść za psa, by ten wstał lub rzucić smaczek daleko od niego, by po niego pobiegł. Ćwiczymy tak przez minimum tydzień. Jeżeli chcemy, możemy na tym etapie zacząć wycofywać gest i zostawić samo hasło.

Ważne! Od teraz już zawsze musimy pamiętać o zwolnieniu z komendy

Etap 5 – zmiana naszej pozycji przy mówieniu hasła

Jeżeli leżenie na hasło mamy już opanowane, przechodzimy do ćwiczenia tego samego, ale ze zmianami naszej pozycji. Docelowo chcemy, aby pies potrafił się kłaść nie tylko w sytuacji, gdy przed nim stoimy, ale niezależnie od naszej pozycji. Ćwiczymy mówienie naszego hasła stojąc coraz bardziej bokiem do psa, aż zacznie kłaść się również jak będziemy odwróceny do niego tyłem. Potem możemy również zacząć obniżać naszą pozycję i mówić hasło kucając, siedząc czy nawet leżąc. Pamiętajmy, aby stopniowo zwiększać poziom trudności!

Etap 6 – wydłużanie czasu, w którym pies leży

Gdy pies za każdym razem kładzie się na nasze hasło, niezależnie od naszej pozycji, możemy przejść do wydłużania czasu, w którym pies leży. Prosimy psa o zajęcie pozycji leżącej i nagradzamy go kilkoma smakołykami (3-4) w jednej sesji – wydajemy je w różnych odstępach czasowych (po 2 sekundach, po 1, po 4, po 3). Jeżeli usiądzie lub wstanie to spokojnie powtarzamy hasło i zaczynamy od nowa – możemy wtedy skrócić odstępy czasu pomiędzy smaczkami, bo być może zadanie było jeszcze zbyt trudne). Pomiedzy wydawaniem smakołyków dużo chwalimy psa słownie („super”, „dobry pies”, „ekstra”) żeby pokazać mu, że właśnie o to, co robi, chodzi nam w tym ćwiczeniu. Stopniowo wydłużamy odstępy czasu pomiędzy nagrodami, aż docelowo pies będzie w stanie wytrzymać w pozycji kilkanaście sekund między smakołykami. Pamiętajmy zawsze o pochwałach słownych oraz o hasle zwalnijącym na koniec ćwiczenia! Po zakończeniu każdego ćwiczenia możemy nagrodzić psa również ulubioną zabawką.



Wibrys i Trufla

Etap 7 – dodawanie rozproszeń wewnętrznych

Kolejnym etapem w naszym treningu będzie dodawanie rozproszeń wewnętrznych – czyli takich, które pochodzą od nas, związane z naszym ruchem. Zaczynamy tak samo: stoimy blisko psa ze smaczkami w dłoni i mówimy hasło „waruj/leżeć”. W czasie, gdy pies leży, zaczynamy lekko poruszać naszymi nogami i nagradzamy psa za niezmienną pozycję. Powolutku zwiększamy intensywność ruchów, dodajemy ruch rąk – dopasowujemy wszystko do psa (jeśli wstaje/siada w trakcie ćwiczenia, to oznacza, że wykonaliśmy zbyt duży ruch i trzeba trochę obniżyć nasze wymagania – w takiej sytuacji w kolejnej powtórce zmniejszamy intensywność naszych ruchów). Docelowo chcemy, aby pies był w stanie wytrzymać w pozycji leżącej kiedy my np. wykonujemy przed nim pajacyka.

Etap 8 – dodawanie rozproszeń zewnętrznych

Kiedy pies jest już w stanie spokojnie wytrzymać w pozycji leżącej pomimo naszego poruszania się, możemy zacząć dodawać rozproszenia zewnętrzne. Takimi rozpraszaczami mogą być: przejeżdżający rowerzysta, boisko do gry w piłkę, inne psy czy przejście dla pieszych. Na tym etapie my wciąż znajdujemy się blisko psa. Trening zaczynamy znajdując się na początku daleko od rozproszeń i stopniowo, z dnia na dzień i w ramach postępu psa, zmniejszamy tę odległość. Pamiętajmy o elastyczności, jeżeli psu nie udaje się wytrzymać w pozycji leżącej, oznacza to, że najprawdopodobniej zbyt wysoko postawiliśmy mu poprzeczkę i musimy zacząć z większej odległości i bardzo stopniowo ją zmniejszać. W ten sposób dojdziemy do etapu, kiedy będziemy mogli poprosić o leżenie naszego psa i spokojnie np. usiąść na ławce w parku odpocząć lub z kimś porozmawiać. Cały czas pamiętamy o pochwałach w trakcie i nagrodach za wykonanie ćwiczenia!

Etap 9 – wydłużanie dystansu

Jeżeli poprzednie etapy mamy już przepracowane, to możemy zacząć pracować nad kolejnym kryterium jakim, będzie dystans – czyli nasze oddalanie się od psa, gdy ten zajmuje pozycję leżącą. Na tym etapie możemy asekuracyjnie psa mieć na długiej linie. Tak jak w przypadku poprzednich etapów, zaczynamy od małych wymagań. Mówimy hasło „waruj/leżeć” i odchodzimy od psa – na początku na niewielką odległość, czyli np. pół kroczku do tyłu. Wracamy do psa i



Wibrys i Trufla

jeżeli cały czas zajmował pozycję leżącą, nagradzamy go smakołykiem. W tym ćwiczeniu ważne jest, żeby podawać smakołyk w taki sposób, aby pies, sięgając po niego, nie musiał zmienić pozycji – czyli blisko ziemi. Następnie oddalamy się na odległość całego kroku i tak samo nagradzamy za utrzymanie pozycji. Na tym etapie również dobrze jest ćwiczyć naprzemiennie – czyli oddalamy się raz o pół kroczy, potem o dwa, a następnie tylko o krok. Stopniowo zwiększamy odległość, na którą się odchodzimy. Tak jak w poprzednich etapach, jeżeli pies nie utrzyma pozycji, leżącej oznacza to, że ćwiczenie jest dla niego za trudne i należy zmniejszyć odległość, na którą odchodzimy. Na koniec każdego ćwiczenia w sesji zwalniamy psa hasłem „koniec” i nagradzamy kilkoma smakołykami lub wspólną zabawą. Docelowo chcemy, aby pies wytrzymał w pozycji leżącej, kiedy my oddalimy się od niego na odległość nawet 10-15 kroków.

Etap 10 – łączenie rozprożeń i dystansu

Ostatnim etapem w ćwiczeniu hasła „waruj/leżeć” jest łączenie wszystkich wcześniej przepracowanych kryteriów – czyli rozprożeń wewnętrznych, rozprożeń zewnętrznych oraz dystansu. Ćwiczenie wykonujemy na początku w spokojnym miejscu. Zaczynamy od pozostawieniu psa w pozycji leżącej w niedużej odległości i wykonujemy niewielkie ruchy naszego ciała. Wracamy do psa i nagradzamy za utrzymanie pozycji. Przy łączeniu różnych kryteriów musimy pamiętać, że to, że osobno były wypracowane perfekcyjnie nie oznacza, że połączone będą dla psa proste. Na początku obniżamy nasze wymagania i zaczynamy od mniejszego dystansu, wykonując niewielkie ruchy ciała stopniowo je zwiększając przy kolejnych powtórkach. Dostosowujemy wszystko do możliwości psa. Jeżeli udaje mu się utrzymać pozycję leżącą w dystansie i przy naszym ruchu – próbujemy takie samo ćwiczenie wykonać w mniej spokojnych miejscach – np. w parku. Na tym etapie również możemy asekurować się linką. Pamiętajmy o pochwałach, nagrodach i hasle zwalniającym!