Wibrys i Trufla

Siad

Etap 1 – naprowadzanie smakołykiem

Mając smakołyk w zamkniętej dłoni ustawiamy się tak, by pies był przed nami, wyciągamy rękę ze smakołykiem przed nos psa i wolnym, płynnym ruchem przesuwamy ją lekko do góry, na czoło psa („trzecie oko"). Dłoń ze smaczkiem nie może być za wysoko, bo wtedy pies zacznie skakać – powinna znajdować się dosłownie kilka cm nad głową psa. Nic do psa nie mówimy i nie zwracamy uwagi na jakiekolwiek próby wydostania smaczka, podskoki do naszej ręki czy cofanie się (nie uciekamy ręką), tylko spokojnie czekamy z nieruchomą dłonią, aż pies zacznie uginać tylne łapy do siadu – wtedy od razu chwalimy i nagradzamy smakołykiem w taki sposób, by pies nie wstał do jedzenia. Żeby zrobić kolejną powtórkę, przechodzimy energicznym krokiem za psa – pies najprawdopodobniej podąży za nami i wstanie (nie wołamy, żeby wstał!). Robimy kilka takich powtórek i kończymy sesję – możemy wtedy sobie kucnąć przy psie, pogłaskać czy chwilkę się pobawić.

Ważne! Dla niektórych wrażliwych psów ręka nad głową może budzić niepokój i pies może się wycofywać, robić uniki. Jeżeli tak jest, nie goń psa i nie powtarzaj na siłę, tylko zacznij od uciekania ręką ze smakołykiem, a gdy pies już będzie chętnie podążał za ręką, zacznij to utrudniać, wodząc ręką blisko ciała, nad psem itp., by przyzwyczaił się do tego, że nie ma w tym nic strasznego. Pamiętaj również, by nie nachylać się nad psem! To bardzo ważne, więc jeżeli twój pies jest mały, zaczynając naukę siedź na ziemi.

Etap 2 – Wprowadzenie hasła „siad"

Jeśli nasz pies już prawie za każdym razem siada za smakiem, to możemy przejść do kolejnego etapu, jakim jest naprowadzanie pustą dłonią i podłożenie komendy. Ćwiczenia zaczynamy tak samo, jak w pierwszym etapie – robimy powtórkę ze smaczkiem, po czym próbujemy wykonać dokładnie taki sam ruch, mając tym razem rękę pustą, bez smaczka. Nasza ręka, pachnąca jeszcze poprzednim smakołykiem, zadziała w taki sam sposób i pies usiądzie. Natychmiast nagradzamy psa smakołykiem z drugiej ręki (możemy też przełożyć go do ręki, którą naprowadzaliśmy i z niej nagrodzić). Ćwiczymy

naprzemiennie – nasza dłoń jest raz pusta, raz ze smaczkiem (w różnych kombinacjach, żeby nie było przewidywalne, kiedy ręka jest pusta, a kiedy nie).

Jeżeli pies siada naprowadzany pustą dłonią, czas na komendę. Wypowiadamy hasło „siad", gdy pies stoi przed nami, dopiero wtedy zaczynamy naprowadzać pustą dłonią i gdy pies usiądzie – chwalimy i nagradzamy. Staramy się, aby w każdej kolejnej sesji było coraz więcej powtórek z pustą ręką, aż w końcu będziemy mogli całkowicie wyeliminować naprowadzanie smakołykami.

Ważne! Nigdy nie powtarzaj komendy, jeżeli pies nie zareaguje; cofnij się i pomóż mu ręką ze smaczkiem, ale komendę pies powinien usłyszeć tylko raz.

Etap 3 – ograniczanie gestu

Gdy nasz pies bez problemu siada naprowadzany pustą ręką, możemy zacząć pracować nad ograniczaniem gestu. Gdy pies jest przed nami, wypowiadamy hasło „siad" i robimy podobny gest ręką, jak do tej pory, ale tym razem nie udajemy że mamy smakołyk – delikatnie otwieramy dłoń. Przy każdej kolejnej powtórce dłoń jest coraz bardziej otwarta, aż w końcu pies będzie reagował na całkiem otwartą dłoń. Wtedy zaczynamy naprowadzać psa coraz mniej obszernym gestem. Małymi kroczkami dążymy do tego, aby pies reagował na sam gest otwartej dłoni.

Ważne! Jeżeli na którymkolwiek z etapów zauważymy, że pies ma trudności z siadaniem, to znaczy, że było za mało powtórek i wciąż nie rozumie zadania. W takim wypadku cofnijmy się do poprzedniego etapu i wolniej podnośmy poprzeczkę. Wciąż nagradzamy każdą dobrze wykonaną powtórkę!

Etap 4 – komenda zwalniająca

Od teraz już zawsze, gdy poprosisz psa o to, by usiadł, musisz go też zwolnić z siadu np. hasłem „koniec", „już" czy „ok", aby wiedział, że to koniec ćwiczenia i nie musi już zajmować pozycji siedzącej – inaczej nie uda nam się przejść do następnych etapów.

Wypowiadamy hasło „siad", wykonujemy gest (jeżeli trzeba, często psy na tym etapie zaczynają już siadać na samo słowne hasło), chwalimy psa, gdy usiądzie, nagradzamy, przy czym na tym etapie warto już wprowadzać zróżnicowaną ilość nagród – czyli czasami nagrodzę jednym smaczkiem, a czasami trzema. Teraz bardzo ważne jest, żeby gdy tylko pies skończy jeść ostatniego smaczka,

powiedzieć hasło zwalniające – np. „koniec” – i dopiero wtedy wykonać ruch za ogon psa, by skłonić go do wstania. Można też po komendzie zwalniającej odrzucić smaczek daleko w bok, by pies wstał i pobiegł za nim :)

Ważne! Nigdy nie zapominaj zwolnić psa z siadu!

Etap 5 – wydłużanie czasu, w którym pies siedzi

Teraz możemy przejść do wydłużania czasu spędzonego w siadzie przez psa. Prosimy psa o zajęcie pozycji siad 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 pies zerwie komendę, to spokojnie powtarzamy hasło i zaczynamy od nowa – skracając nieco odstępy czasu pomiędzy wydawaniem kolejnych nagród. Przez cały czas, gdy pies siedzi, chwalimy go słownie („super”, „brawo”) żeby potwierdzać mu, że nic więcej nie musi robić – chodzi nam tylko o to, by siedział. Stopniowo wydłużamy odstępy czasu pomiędzy nagrodami, aż docelowo pies będzie w stanie wytrzymać w pozycji kilkanaście sekund między smakołykami. Pamiętamy zawsze o haśle zwalniającym na koniec ćwiczenia! Po zakończeniu każdego ćwiczenia możemy nagrodzić psa również ulubioną zabawką.

Ważne! Bardzo dużo mogę zdziałać pochwałami – spokojnie chwalę psa jednolitym monologiem, a gdy tylko spróbuje wstać, skoczyć czy zacząć szczekać – natychmiast milknę. Bardzo często nawet nie zdążę powtórzyć komendy, bo pies od razu orientuje się, że gdy przestaję chwalić, to znaczy że popełnił błąd i sam się poprawia. Dlatego na początku nauki tak ważne są pochwały

Etap 6 – rozproszenia wewnętrzne

Rozproszenia wewnętrzne to te, które pochodzą od nas, czyli gdy pies siedzi, my wykonujemy różne ruchy i czynności. Wydajemy hasło „siad”, chwalimy, gdy usiądzie i wydajemy smaczka z saszetki lub kieszeni. W czasie, gdy pies siedzi, zaczynamy lekko się poruszać, np. podnosimy rękę, opuszczamy i nagradzamy psa, podnosimy drugą, opuszczamy i nagradzamy, robimy ruch nogą w bok i nagradzamy. Na początku jeden nasz ruch = jeden smakołyk. Powolutku zwiększamy intensywność ruchów – dopasowujemy ruch do psa. Jeżeli pies zerwie się w trakcie ćwiczenia, to oznacza, że wykonaliśmy zbyt duży ruch i

trzeba trochę obniżyć nasze wymagania i cofnąć do tego, co mu wychodziło, a potem wolniej dodawać kolejne ruchy.

Do następnego etapu przechodzimy wtedy, gdy pies potrafi wysiedzieć, gdy wykonujemy przed nim pajacyka, drepczemy w miejscu, możemy zgiąć nogi w kolanach, a także wytrzyma, gdy obrócę się wokół własnej osi.

Ważne! Kiedy się poruszacie, nie miejcie w dłoni smakołyka, ponieważ jeżeli np. obrócicie się albo zaczniecie skakać pajacyki ze smaczkiem w dłoni, to pies zapewne zerwie się, by złapać smaka ;)

Etap 7 – rozproszenia zewnętrzne

Na razie nie łączymy rozproszeń, więc kiedy zaczynamy pracować nad rozproszeniami zewnętrznymi, stójcie spokojnie przed psem tak jak w etapie 5. Rozproszeniami zewnętrznymi mogą być: przejeżdżający rowerzysta, boisko do gry w piłkę, inne psy, przejście dla pieszych, dzieci na placu zabaw itd. Trening zaczynamy znajdując się na początku daleko od rozproszeń i stopniowo, z dnia na dzień i w ramach postępu psa, zmniejszamy tę odległość. Można też zacząć z pozorantem, którego poprosimy o to, by dostosowywał rozproszenia do psa, czyli np. na początku zaczyna biegać 10 metrów od nas, a kiedy widzi, że psu dobrze idzie, zaczyna się coraz bardziej zbliżać, wydawać jakieś dźwięki itp., utrudniając mu zadanie. Jeżeli psu nie udaje się wysiedzieć, oznacza to, że najprawdopodobniej zbyt wysoko postawiliśmy mu poprzeczkę i musimy zacząć z większej odległości lub w spokojniejszym miejscu. Pomóc można psu również poprzez częstotliwość wydawania smaków – jak dobrze mu idzie, nagradzam coraz rzadziej, ale jeżeli ma kłopot, to wydaję smaczek za smaczkiem W ten sposób dojdziemy do etapu, kiedy będziemy mogli posadzić naszego psa i przepuścić innego psa lub dać się wyminąć rowerzyście.

Ważne! Przy tym ćwiczeniu musimy bardzo obserwować psa. Jeżeli nasz pies nie ma problemu z bodźcami miejskimi, możemy dojść do sytuacji, gdy wykona ćwiczenie zawsze i w każdej sytuacji. Jeżeli jednak pies się boi np. hałasów, może nie być w stanie usiąść np. na dworcu kolejowym; musimy to uszanować i nie wymagać niemożliwego, pracując nad tym, by pies czuł się przy nas bezpiecznie :)

Etap 8 – odchodzenie przodem do psa

Kolejnym kryterium, nad którym będziemy pracować, jest dystans – czyli odchodzenie od psa, gdy ten zajmuję pozycję siedzącą. Na początku będziemy odchodzić przodem do psa, utrzymując kontakt wzrokowy. Wydajemy hasło „siad" i odchodzimy na pół kroczku do tyłu, wracamy i jeżeli cały czas zajmował pozycję siedzącą, nagradzamy go smakołykiem. Za każdym razem wracamy dokładnie w to samo miejsce i sięgamy po smakołyk dopiero wtedy, gdy stoimy tak blisko, że pies sięgając po nagrodę nie zmieni pozycji. Następnie oddalamy się na odległość całego kroku wracamy i tak samo nagradzamy za utrzymanie pozycji. Na tym etapie również dobrze jest ćwiczyć naprzemiennie – czyli oddalamy się raz o pół kroczku, potem o dwa, a następnie tylko o krok. Stopniowo zwiększamy odległość, na którą odchodzimy. Tak jak w poprzednich etapach, jeżeli pies nie utrzyma pozycji „siad", oznacza to, że ćwiczenie jest dla niego za trudne i należy zmniejszyć odległość, na którą odchodzimy. Na koniec każdego ćwiczenia zwalniamy psa hasłem „koniec". Przechodzimy do następnego etapu, gdy pies jest w stanie wytrzymać nasze odejście na co najmniej 10 kroków.

Ważne! Nie zwalniaj psa po odejściu od niego np. hasłem „do mnie" tylko wracaj, nagradzaj i dopiero wtedy zwalniaj! Jeżeli pies będzie musiał biec po nagrodę tam, gdzie my odeszliśmy, to wzmocnimy mu przybieganie do nas, a wtedy zacznie zrywać komendę. Tymczasem my chcemy nauczyć go, że nie warto za nami iść, bo nagrody przyjdą tam, gdzie jesteś Ty. Dlatego ćwicząc w domu możesz nawet położyć nagrody na stoliku obok psa i odchodzić bez nagród, wracać i wydawać nagrodę ze stołu.

Etap 9 – odchodzenie tyłem do psa i znikanie

Tu wszystko wygląda podobnie jak w etapie 8, tylko ponieważ jest to jeszcze trudniejsze zadanie dla psa, musimy podzielić ćwiczenie na jeszcze mniejsze kawałki. Na początek upewniamy się, czy pies może wytrzymać, gdy się obracamy i stoimy kilka sekund tyłem do niego – wtedy obracamy się z powrotem do psa i nagradzamy. W następnej powtórce po obróceniu się robimy pół kroku, wracamy i nagradzamy. W kolejnej powtórce robimy krok. Jeżeli pies się nie zrywa, zaczynamy zwiększać dystans znów nieregularnie, czasem odchodzimy na dwa kroki, czasem na pół, na 5 itd. Wracamy oczywiście przodem do psa, chodzi o to, żebyśmy mogli zacząć się poruszać naturalnie. Kiedy możemy już odejść tyłem na co najmniej 10 kroków, można zacząć powoli

dokładać też znikanie. Zaczynamy w spokojnym miejscu blisko drzewa, odchodzimy na 3-4 kroki, po czym zaczynamy się chować za drzewo, na początek tylko kawałek ciała, by pies nas wciąż widział, po czym wracamy i go nagradzamy. Powtarzamy, chowając się coraz bardziej. Jeżeli na którymś etapie pies się zerwie, trzeba mu ułatwić zadanie.

Etap 10 – łączenie rozproszeń i dystansu

Ostatnim etapem w ćwiczeniu hasła „siad" jest łączenie wszystkich wcześniej przepracowanych kryteriów – czyli rozproszeń wewnętrznych, rozproszeń zewnętrznych, dystansu i czasu. Ćwiczenie wykonujemy na początku w spokojnym miejscu. Zaczynamy od pozostawieniu psa 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 siedzącą 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. Pamiętamy o pochwałach, nagrodach i haśle zwalniającym!