

Triky: Desatero „proč jo“ a ani jedno „proč ne“

„Stačí mi, když mi přijde na zavolání, žádného šaška z něj dělat nebudu..“

Pes toto ale nechápe, nerozumí tomu, co je ponížení a co je důstojnost. Naopak z vlastní zkušenosti můžeme potvrdit, že psi triky psa baví mnohem více než prvky poslušnosti. Otevřít si ledničku či 10ti minutová chůze u nohy? Víme, co by se Váš psík vybral ☺ A o to přeci jde ne? Ruku na srdce, stejně to všechno co děláme, děláme pro ně, a ne pro nás. Doby kdy pes byl pořízován kvůli hlídání majetku jsou dávno pryč, teď je z něj společník a být společníkem ho mnohem více naplňuje.

Proč tedy učit psí triky?

- pes se učí koordinaci svého těla, poznává své fyzické možnosti
- postupně si zvyká udržovat delší a delší pozornost
- učení triků vašeho psa spolehlivě vyčerpá víc, než několikakilometrová procházka
- společná interakce, založená na odměňování požadovaného chování zlepšuje váš vzájemný vztah
- vy se naučíte, jak učit vašeho psa, což se vám bude hodit pro "důležitější" cviky
- váš pes se vás naučí číst a více vám rozumět, co po něm kdy chcete
- pes se učí pracovat se stresem, které učení čehokoliv přináší, učí se pracovat s neúspěchem
- pokud se psem provozujete nějaký psí sport, můžete rozvíjet další potřebné dovednosti jednotlivě
- pravidelné trénování přemýšlení udržuje vašeho psa v mentální kondici do vysokého věku
- pohled na vašeho psa, předvádějícího kdejaké skopičiny, vám vykouzlí úsměv na tváři



velkou inspirací byly webové stránky:
www.ninajanebova.wix.com
DOPORUČUJEME jejich návštěvu. ☺

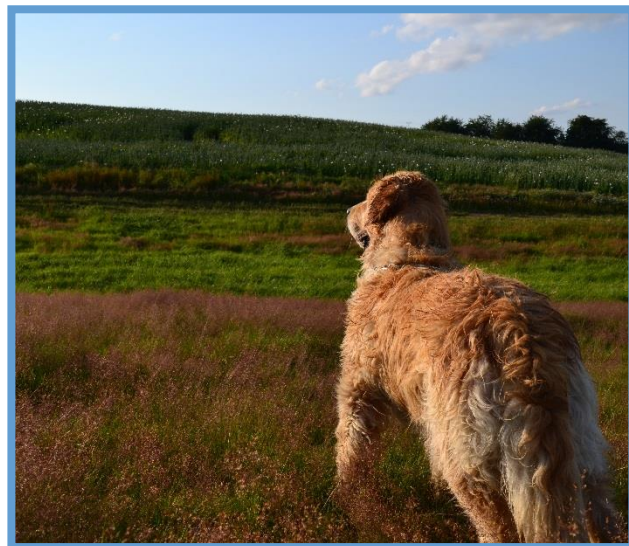
Konejšivé signály: Zmrznutí (nehybnost)

Stane se, že pes tzv. zmrzne – vestoje, vsedě nebo vleže – a začne se chovat pasivně. Je to proto, aby něco nebo někoho ukonejšil. Dva psi, kteří se potkají, se budou chovat velice opatrně, aby nezvýšili šanci na konflikt. Často se začnou pohybovat zpomaleně, až znehybní v jedné pozici, dokud jeden z nich, nebo oba najednou, neodejdou.

S Greyem jsme potkali malého Jack Russela Baka, známého tuláka. Bak si lehl a ležel úplně nehybně do té doby, dokud Grey nepřestal s očicháváním a nepoodešel. Teprve potom se Bak zvedl a začal se zase pohybovat.

Když se zlobíte, jste agresivní a přitom se snažíte, aby k vám váš pes přišel, může se stát, že pes začne působit dojmem, jako by vás vůbec neslyšel – jen sedí nebo leží na místě, případně ještě hledí stranou. I v tomto případě jeho chování neznamená, že by chtěl projevovat nadřazenost, paličatost nebo trucoval, on se jen snaží konejšit vaši zlobu. Nebudte agresivní! Zvolte jinou taktiku: buďte přátelští, začněte se od psa vzdalovat a přestaňte budit hrůzu – teprve potom pes přijde.

Připravil **Vláda Vejsada** z knihy od Turid Rugaas – Konejšivé signály



Ustrnulý výraz psa, který v dálce uviděl dalšího. Nic nepodniká, jenom stojí a dívá se a čeká, co se bude dít. Pozice ve stoje je oproti lehu je velmi výhodná – pes optimálně odhadne velikost zmerčeného psa a zároveň je připraven kdykoliv utéct, v případě, že by konejšení nepomohlo.

Konec prokrastinace

Vnější motivace

Jaké máte pocity vy, když musíte dělat něco, v čem nevidíte žádný smysl? Jak se cítíte, pokud věnujete svůj čas věcem, které dělat musíte, aniž byste je dělat chtěli?

Nedávné výzkumy ukázaly, že činnosti bez významu pro nás bývají obvykle velmi nepříjemné a demotivující. Není divu, že je proto odkládáme a cítíme k nim nechuť. Ať už jde o to, učit se ve škole nazpaměť nesmyslnou básničku nebo vykonávat v práci úkoly, u kterých vůbec netušíme, proč je máme dělat.

Aby nás přesto někdo přiměl na těchto věcech pracovat, byly vymyšleny nástroje vnější motivace. Odměny a tresty, cukry a biče. Díky těmto vnějším stimulům nás okolí přiměje k činnostem, které bychom sami od sebe nedělali. Vnější motivace má však několik zásadních úskalí. Protože člověk nedělá věci, které dělat chce, nevyplavuje se mu v mozku tolik dopaminu. Tato látka kromě naší spokojenosti také výrazně ovlivňuje naši kreativitu, paměť a schopnost se učit. Dalším úskalím je, že nespokojenost, kterou vnější motivace vytváří, je sociálně nakažlivá a lidé ji přenášejí i na své okolí.

Mnoho výzkumů potvrdilo, že použití vnější motivace zhoršuje náš výkon v činnostech, které jsou byť jen trochu náročné na přemýšlení a které potřebují kreativní přístup. Lhostejno, zda k motivaci použijeme cukr, či bič. **Pokud totiž očekáváme odměnu a nedostaneme ji, působí to na naši psychiku stejně jako trest.**

(PZN: Prosím ty, kteří se svým psem trénují, cvičí anebo se o to aspoň pokouší, aby si vryli tuto tučnou větu do paměti a nadosmrtně si jí řídili.) ☺

Vnější motivace v lidech potlačuje jejich budoucí iniciativu, a oni pak bez biče nejsou schopni cokoli dělat.



Vnitřní motivace cestou

Pokud lidé dělají něco, v čem vidí smysl a co zároveň sami dělat chtějí, vznikne jedna z nejsilnějších motivací vůbec. Základním prvkem, který vytváří tento druh motivace, je osobní vize. Na rozdíl od konečných cílů, vyjadřuje vize něco dlouhodobého. Osobní vize obsahuje odpověď na otázku, čemu by chtěl člověk ideálně věnovat čas svého života. Zaměřuje se na činnosti a ne na výsledky. Zaměřuje se na cestu, ne na cíle. Jak totiž vyjadřuje stará myšlenka: „I cesta může být cíl.“

Když naplňujeme naši vizi, můžeme si stanovit určité milníky. Ty nám ukazují, zda stále jdeme po té správné cestě a zda se opravdu objektivně posouváme vpřed. Milník je pouze pomocníkem, orientačním bodem, který nám dává zpětnou vazbu.

Důležitou výhodou, kterou motivace cestou přináší, je to, že díky ní dokážeme být častěji šťastní v přítomnosti. Častěji zažíváme stav označovaný jako happiness now = spokojenost s naší přítomností. Pokud děláme věci, které nám do vize zapadají, máme pocit, že vše je tak, jak má být. Přesto ale nezůstáváme stát na místě, protože nás vize svým motivačním efektem táhne kupředu.

Děláme-li činnosti vedoucí na naplňování naší vize, děláme přesně to, co dělat chceme. Jsme proto spokojeni a vyplavuje se nám více dopaminu. Díky němu jsme kreativnější a lépe se učíme. A proto jsou naše dovednosti v činnostech směřujících k vizi lepší a lepší. **S každým zlepšením se zvyšuje šance na další zlepšení.**

Doufám, že jsem Vás trošku namotivovala k další práci. A třeba i ke koupi této knížky, která „Vás naučí jezdit na slonovi, nebo že být křeček vůbec není zábava“. ☺

Proč jsem vybrala tuto knížku, která není o psech ale o lidech? Protože teorie v ní popsaná funguje univerzálně. Pokud svého psa budete chtít učit těžkým trikům, tak nejlepší je rozfázovat a učit postupně, od toho, co je pro psa nejjednodušší nebo nejpřirozenější a postupně se doberete až k tomu co požadujete. Pamatuje, že neplatí, že ta nejrychlejší cesta je správná cesta. Dejte svému psovi šanci trik, pochopit a celý život si ho bude pamatovat. Dejte svému psovi šanci zamilovat si práci s Vámi a budete mít po celý život parťáka, pro kterého budete osobní vizí a i on pro Vás. ☺

