**4 УРОК**

**Учимся успокаиваться**

**Не стойте у «порога»**

Существует такое понятие, как порог возбуждения. Если грубо упростить его для обывательского понимания, то это промежуток времени, который разделяет нормальную собаку и сумасшедшую. Время это сугубо индивидуально и зависит от целого ряда факторов: породы, темперамента, типа нервной системы, накопленного опыта, привычек, стереотипов и кучи всего. Чем больше этот порог, тем дольше и сложнее собака теряет контроль над собой. Чем он меньше, тем быстрее происходит срыв. Малейшего триггера порой хватает для того, чтобы у собаки выбило предохранители и сорвало крышу.

Суть в том, что, когда собака этот порог преодолевает, она перестает воспринимать какую-либо информацию из-за накрывающего ее возбуждения и, естественно, не слышит никаких команд. Это состояние можно соотнести (опять же грубо) с состоянием аффекта у человека. Возбуждение может проявляться по-разному: в виде истерики, стона, нескончаемого лая, визга, чрезмерной активности и т.д. Это совершенно непродуктивное состояние, в котором обучение чему-либо просто невозможно, как и управление собакой. И нет смысла орать бегущей за кошкой или предъявлять бьющейся в конвульсиях на соседского барбоса псине какие-то требования. Очевидно, что они не сработают. Зато вы дадите собаке понять, что команды выполнять не обязательно. Чтобы собака научилась слышать, ее сначала необходимо успокоить и вывести из возбужденного состояния.

**От чего срывает крышу?**

Причин для возбуждения у собаки может быть множество. Это и психологические якоря с привязкой к местности или ситуации. Например, возбуждаются собаки, которые приходят на поля для курсинга. Или на площадку для работы по защитному разделу. Предвкушая адреналиновый праздник. Одно только место заводит их так, что сложно остановить. Выводить из себя могут конкретные объекты: соседская кошка, ворона, вожделенное озеро, игрушка, сородичи и т.д. Иногда чрезмерная эмоциональность бывает спровоцирована конкретным звуком/действием – приход хозяина, звонок в дверь, взятый в руки поводок и т.д. В общем, причин масса. А лаброкатапульту может запустить даже неаккуратное движение хозяина. Часто с маленькими щенками хозяева играют до визга, не чувствуя границ и прививая такое состояние как норму. Никогда не «драконьте» щенков, не учите их быть истеричками. Поощряйте собаку, когда она спокойна.

Когда мы учим собаку успокаиваться, мы прокачиваем ее нервную систему. Она ведь тоже тренируется. Поэтому время, требуемое для успокоения, постепенно уменьшается, а порог возбуждения отодвигается. Ну, и старайтесь тормозить процесс возбуждения на старте, а не на пике. Это значительно упростит задачу.

**Что делать? Методы, приемы, фишки**

Сначала универсальные методы, которыми можно пользоваться вне зависимости от обстоятельств и причин возбуждения. А дальше уже по частностям.

1. Наиболее универсальный метод, которым пользуются даже опытные кинологи и владельцы супервоспитанных собак – «**прижми попу и перестань туда смотреть**». Разрыв зрительного контакта почти всегда снижает градус возбуждения. А усадка с бытовой командой «сядь» переключает внимание на ее выполнение и постепенно успокаивает. Для этого просто физически, взяв двумя руками за ошейник, усадите собаку спиной к раздражителю. Не исключено, что придется на первых порах побороться, но стойте на своем до последнего, собака непременно сдастся (но без агрессии и жестокости со стороны хозяина – просто зафиксировали и ждем, а не орем, пинаем, дергаем и т.д.). Сначала удерживаем собаку в нужном положении физически. Потом постепенно приотпускаем и кормим за сохранение позиции, пока собака окончательно не успокоится. После чего отпускаем по команде «фри» или «гуляй». Если сидение сопровождается скулением, можно слегка натянуть поводок. Но так, чтобы собака смогла сохранить сидячее положение. Переключившись на борьбу с поводком и вашей провокацией, собака, скорее всего, перестанет ныть.

А в дальнейшем и вовсе может выработаться устойчивая и полезная связь: вижу возбуждающий раздражитель – прижимаю попу. Это в идеале.

2. Прекрасно помогает собаке успокаиваться «**массаж**». Чаще всего при его выполнении собака лежит на боку. Маленькую собаку при этом можно уложить руками, приподняв и опрокинув на бок. Крупную собаку в это положение можно перевести из лежачего физически или за куском. Если поверхность позволяет, вы можете сесть на пол или землю, положить собаку на спину кверху пузом между своих ног и массировать ее. «Массаж» не только успокаивает, но и повышает уровень доверия между собакой и хозяином, а также помогает ей понять, что воля и желание владельца превыше всего.

Укладывайте собаку на «массаж» только тогда, когда на 100% уверены, что сможете это сделать. Проигрывать нельзя. Собака не должна иметь возможность выкрутиться из ваших объятий или соскочить раньше, чем вы ее отпустите. Проиграв, вы надолго подорвете свой авторитет, и собака в следующий раз будет пытаться высвободиться еще активнее, ведь в предыдущий у нее это получилось.

Массаж представляет собой оооочень медленное оглаживание собаки с небольшим давлением на корпус. Поначалу собака будет напряжена и зажата, как пружина. Но постепенно вы увидите, как ее сведенные конечности расслабляются, глаза закрываются, дыхание выравнивается (постепенно – не означает в тот же день, это может произойти через несколько дней).

Выходить из массажного положения собака может только с разрешения хозяина.

Для проведения массажа можно использовать коврик. Он избавит собаку от переохлаждения, если события разворачиваются в холодное время года. А также будет в незнакомых местах ассоциироваться с успокоением и ускорять процесс.

Первые сеансы массажа должны заканчиваться в тот момент, когда собака отказалась от борьбы с вами и смирилась. Далее это время постепенно увеличивается.

1. Упражнение «**мордочка**» - облегченный вариант «массажа». При его выполнении нет необходимости укладывать собаку.

Не нужно думать, что упражнения «массаж» и «мордочка» можно будет пользоваться сразу. Прежде чем это произойдет, собаку нужно к ним приучить. Потому что далеко не каждая собака доверяет человеку настолько, что готова смириться с удержанием своей морды в руках или с принудительной фиксацией на боку.

Вернемся к сути. При выполнении упражнения «мордочка» вы так же отворачиваете собаку от раздражителя и стараетесь двумя руками удержать ее морду. Не причиняя при этом болевых ощущений, не зажимая, а просто фиксируя. Это упражнение очень помогает в случае с вокализирующими (мерзко орущими) собаками.

Возможно два варианта фиксации мордочки. Если собака находится не перед вами, а рядом с вами, удобнее располагать руки, как при показе зубной системы: правая ладонь находится под челюстью собаки, левая сверху. Большой и указательный палец левой руки разведены в противоположные стороны, между ними оказывается мочка носа собаки, которую мы не трогаем – это святое.

Второй вариант – когда собака находится перед вами. При этом обе ладони симметрично держат мордочку по бокам. Она как бы лежит в ваших руках. Но выкрутиться орущему зверьку вы дать не должны. Не делайте резких движений, не психуйте. Если взвинчен хозяин, то собаку никогда не успокоить. Ваши движения должны быть плавными, голос спокойным, даже если у вас в руках бьется в конвульсиях сам чертяка.

Чтобы обе задачи (и «массаж», и «мордочка») были выполнимы и приносили реальную пользу, начните учить их в спокойной ситуации до прихода собаки в состояние возбуждения. Ваши намерения должны быть ей понятны. Иначе физически справиться с возбужденной собакой для достижения нужного результата будет почти нереально. Начинать можно даже дома. Объяснили задачу, добились нужного эффекта, попробовали изобразить то же самое во дворе, в спокойной и знакомой обстановке. А потом постепенно усложняем условия.

Далее - несколько советов, которые могут пригодиться в частных случаях:

4. Многие собаки крайне возбуждаются, когда хозяин возвращается с работы. Начинается визг, писк, поскакушки. От чрезмерных эмоций собака может даже описаться. Кому-то льстит такое поведение собаки. Но нет в нем ничего хорошего. Да и не раздеться нормально и не разуться, если перед тобой с воплями носится фурия.

Что можно сделать? Сформируйте в голове у своей собаки правильную цепочку: пришел хозяин – ты ему очень рада, но встречаешь сидя на попе. Можешь даже истошно вилять хвостом, но при этом сидишь на попе. Пока хозяин не разденется, не разуется и не пригласит тебя к общению. За это время сидения собака немножко успокоится, и контакт с ней будет намного адекватнее. Чтобы достичь такого результата, усаживайте собаку каждый раз, когда возвращаетесь, по бытовой команде «сядь». Но при этом обязательно контролировать выполнение этой команды и не давать собаке срываться на прежнее поведение. Поначалу этот процесс может занять достаточно большое количество времени. Но потом он будет становиться для собаки все логичнее и предсказуемее.

Если возбуждение пса таково, что поймать и усадить его просто не представляется возможным, можно сделать так: когда вы заходите, бросьте на пол горсть мелких вкусняшек. Собака переключится на их собирание и вынюхивание. За это время немного успокоится. И потом вы ее посадите ждать своей милости.

5. С некоторыми раздражителями (собака, человек, кошка) может помочь упражнение «**посмотри**». Оно же полезно при работе со страхами. Когда собака зрительно залипает на раздражителе, нарастает возбуждение. Когда она на него бросает секундный взгляд и поворачивает голову на хозяина, возбуждения не происходит, зато происходит переоценка – раздражитель становится не поводом для возбуждения, а способом заработать вкусняшку – возбуждение снижается.

Как это делается. Обучение так же начинается в спокойном месте. Можно объяснить задачу собаке на не очень значимом для нее объекте, к которому она относится довольно спокойно. А потом переносить эту модель в нужную ситуацию. Но сначала – на большем расстоянии. Работа ведется с кликером. Даем собаке команду «посмотри», указывая в направлении объекта. Как только она глянула туда, мы делаем щелчок кликером, отбегаем назад с громкой похвалой и кормим собаку. Отбегая, мы увеличиваем расстояние до раздражителя, уменьшая тем самым его притягательность. Движением и звуком переключаем внимание собаки на себя, а куском объясняем, что можно использовать этот раздражитель как путь к еде и поощрению. Постепенно собаки, поняв правила игры, с удовольствием начинают в нее играть. А вам, собственно, этого и нужно было. Теперь она не орет на кошку с пеной у рта, а кидает на нее взгляд и хитро смотрит на хозяина – мол, где мой кусочек. Постепенно в ходе такой игры происходит замещение одного отношения к объекту на другое. И со временем он перестает собаку возбуждать.

При работе с возбуждением следует понимать, что нет ни фиксированного времени, которое потребуется для успокоения собаки, ни конкретного расстояния, на которое следует приблизиться к раздражителю. Вы должны понимать: чем ближе раздражитель, тем сложнее собаке справиться с собой, а вам с ней. Поэтому начинайте успокаиваться на том расстоянии, на котором собака может включить голову. Ведь возбуждение – это еще и гормональный процесс. Поэтому не всегда дело в чистом проявлении воли или безволии животного. Работайте с постепенным приближением к раздражителю. Начните издалека. На следующий день подойдите чуть ближе. Когда добились на этом расстоянии нужного результата, попробуйте усложнить собаке задачу и еще немного сократить расстояние. Не бросайтесь сразу в омут с головой. Хозяин в этом вопросе должен проявить терпение, настойчивость и последовательность. Собственно, как и в остальных случаях работы с собакой. Тогда и время, и расстояние постепенно будут сокращаться.

Ну и, если вам «повезло» быть владельцем возбудимой собачки, **не делайте** этого:

- не носитесь за собакой и от собаки

- не драконьте ее руками

- не делайте резких движений.

Общение с собакой должно быть спокойным, а подвижные игры – контролируемыми и не доводящими до сумасшествия. Как только вы заметили, что собака начинает переходить в состояние неконтролируемого возбуждения, прекращайте игру. Дайте зверю успокоиться. Особенно внимательными будьте со щенками, которые совершенно не контролируют свои реакции. Больше хвалите собаку, когда она спокойна. Многие воспринимают это поведение как должное, само собой разумеющееся и игнорируют его. Не замечая спокойную собаку, мы обеспечиваем себе навязчивую, лающую и гиперактивную. Потому что именно на такую собаку все начинают обращать внимание. Подкрепите верное поведение и проигнорируйте нежелательное, а не наоборот. Тогда собака выстроит нужные причинно-следственные связи.

В общем, дерзайте! Наберитесь терпения. Процесс этот непростой и довольно длительный! Но я не сомневаюсь, что у вас всё получится!)) А если не получается, приходите к нам, мы поможем!))

Ирина Соловьева, 8-904-577-45-73

Barbos42.ru