



KONCEPTY ZAMĚŘENÉ NA EXCITACI

Kristýna Dostálková
Pozitivní psychologie psů

ZVÝŠENÍ ENERGIE

PŘEMÝŠLENÍ V SVE

**Proč potřebujeme zvýšení energie?
Není cílem KLID?**

- Jednotlivé koncepty nejsou “dobré” nebo “špatné” (snížení energie není lepší/horší než zvýšení energie)

- Jednotlivé koncepty nejsou “dobré” nebo “špatné” (snížení energie není lepší/horší než zvýšení energie)
- Koncepty bývají párové (zvýšení/snížení E; schopnost odpoutat se/soustředit se; přemýšlení v SVE/klid; flexibilita/odhodlání...)

- Jednotlivé koncepty nejsou "dobré" nebo "špatné" (*snížení energie není lepší/horší než zvýšení energie*)
- Koncepty bývají párové (*zvýšení/snížení E; schopnost odpoutat se/soustředit se; přemýšlení v SVE/klid; flexibilita/odhodlání...*)
- Každý pes je jiný (má jinak citlivou NS) a každý majitel má od svého psa jiná očekávání (*hlídání/kamarádká povaha; akční part'ák/gaučový povaleč; lovecký výcvik/nelovení; pasení/nepasení...*)

- Každý pes je jiný (má jinak citlivou NS) a každý majitel má od svého psa jiná očekávání
(hlídání/kamarádká povaha; akční part'ák/gaučový povaleč; lovecký výcvik/nelovení; pasení/nepasení...)

PROTO V KLUBU NENAJDETE UNIVERZÁLNÍ
ODPOVĚDI.

PROTO V KLUBU NENAJDETE UNIVERZÁLNÍ
ODPOVĚDI.

- co je pro jednoho problém může být pro jiného
žádoucí chování

PROTO V KLUBU NENAJDETE UNIVERZÁLNÍ ODPOVĚDI.

- co je pro jednoho problém může být pro jiného žádoucí chování
- *na chvíli se upřímně zamyslete nad tím, jak velká očekávání (která často jdou proti psí přirozenosti) na naše psy máme...a v duchu své psy oceňte za to, jak moc se musí snažit*

PROTO V KLUBU NENAJDETE UNIVERZÁLNÍ ODPOVĚDI.

- co je pro jednoho problém může být pro jiného žádoucí chování
- *na chvíli se upřímně zamyslete nad tím, jak velká očekávání (která často jdou proti psí přirozenosti) na naše psy máme...a v duchu své psy oceňte za to, jak se snaží jim dostát*
- problémy často vznikají tak, že my lidi jsme dlouhá léta šlechtili psy k nějaké činnosti (pasení, lov, hlídání...) a nyní očekáváme, že tyhle věci dělat nebudou, protože se do moderní společnosti nehodí

KONCEPTY UMOŽNÍ TO, ABY PES LÉPE ZVLÁDAL
FUNGOVAT V ROLI A ŽIVOTNÍM STYLU, KTERÝ MU
JEHO MAJITEL VYBRAL.

JEDNOTLIVÉ KONCEPTY NEJSOU DOBRÉ NEBO
ŠPATNÉ, **CÍLEM JE ROVNOVÁHA.**

JEDNOTLIVÉ KONCEPTY NEJSOU DOBRÉ NEBO
ŠPATNÉ, **CÍLEM JE ROVNOVÁHA.**

- často potřebujeme oba protichůdné koncepty,
ale každý v jiném kontextu

JEDNOTLIVÉ KONCEPTY NEJSOU DOBRÉ NEBO ŠPATNÉ, CÍLEM JE ROVNOVÁHA.

- často potřebujeme oba protichůdné koncepty, ale každý v jiném kontextu
- koncepty mají velkou moc a při správném použití psovi hodně pomůžou aby svou roli lépe zvládal a lépe a pohodověji fungoval v našem světě podle našich pravidel, **ale je potřeba nezapomenout na to, že náš pes je živé zvíře se svou osobností, není to věc, kterou si osekáme a vymodelujeme přesně k obrazu svému**

**Proč potřebujeme zvýšení energie?
Není cílem KLID?**

Proč potřebujeme zvýšení energie?

Není cílem KLID?

- sportovní/pracovní psi pro optimální výkon

Proč potřebujeme zvýšení energie?

Není cílem KLID?

- sportovní/pracovní psi pro optimální výkon
- rodinní psi pokud mají ve svém životě situace kdy:
 - mají problém se uklidnit (např. přijde návštěva...)
 - nevnímají/neposlouchají (on je úplně zlatej, dokud před ním nevyběhne zajíc...to pak nevidí, neslyší...)

Proč potřebujeme zvýšení energie?

Není cílem KLID?

Pokud chceme natrénovat přechody (aby se pes uměl uklidnit) a přemýšlení v SVE (aby pes vnímal v excitujících/stresových situacích), tak ho v tréninku potřebujeme umět do vyšší excitace dostat.

Proč potřebujeme zvýšení energie?

Není cílem KLID?

Pokud chceme natrénovat přechody (aby se pes uměl uklidnit) a přemýšlení v SVE (aby pes vnímal v excitujících/stresových situacích), tak ho v tréninku potřebujeme umět do vyšší excitace dostat.

Trénink bude jen tak efektivní (a převoditelný do praxe), jak vysokou excitaci budeme schopní uměle vytvořit.

ALE...

ALE...

...zároveň to s vysoceenergetickými koncepty nechceme přehánět (vyjma sportovních psů), protože čím častěji pes skáče do přetočení/vysoké excitace v tréninku, tím je pro něj snažší tam skočit i v běžném životě.

Kdy je tedy trénovat?

u sportovního psa: nejlépe od štěněte, ale udržovat
balanc s klidovými

Kdy je tedy trénovat?

u sportovního psa: nejlépe od štěněte, ale udržovat balanc s klidovými

u rodinného psa:

- pokud je pes dospělý a tyto koncepty “nepotřebuje”, tak netrénovat ve vysoké intenzitě (tj. psa u tréninku nepřetáčet)

Kdy je tedy trénovat?

u sportovního psa: nejlépe od štěněte, ale udržovat balanc s klidovými

u rodinného psa:

- pokud je pes dospělý a tyto koncepty "nepotřebuje", tak netrénovat ve vysoké intenzitě (tj. psa u tréninku nepřetáčet)
- pokud je pes štěně, tak trénovat, ale rovnováhu výrazně víc posunout k těm klidovým + schopnost odpoutat se

Kdy je tedy trénovat?

Tyto koncepty jsou často klíčem k úspěchu u lehce přetáčivých psů (často psi z tzv. “pracovních linií”, kteří mají plnit roli rodinného psa).

Tito psi se lehce přetáčí tak jako tak (genetika), tak je fajn když se s tím naučí pracovat.

Nicméně je důležité tam držet balanc a zároveň věnovat hodně hodnoty do tréninku klidových konceptů a schopnosti odpoutat se.

Kdy je tedy trénovat?

Tyto koncepty (společně se schopností odpoutat se a klidem) jsou často klíčem k úspěchu u lehce přetáčivých psů (často psi z tzv. "pracovních linií", kteří mají plnit roli rodinného psa).

Psi, co prostě mají hodně energie, jí potřebují nějakým vhodným způsobem upustit (tj. nemůžeme je jen tlačit do klidu - nejdříve musí upustit páru a pak můžeme trénovat klid).

Kdy je tedy trénovat?

Psi, co prostě mají hodně energie, jí potřebují nějakým vhodným způsobem upustit (tj. nemůžeme je jen tlačit do klidu - nejdřív musí upustit páru a pak můžeme trénovat klid).

V tomto případě uměle nezvyšujeme intenzitu (tj. uměle nepřidáváme energii), ale necháme na psovi, jak velkou intenzitu potřebuje.

DŮLEŽITÉ PRAVIDLO PŘI TRÉNINKU

Vždy chcete psa potkat tam, kde zrovna je.

V té úrovni energie.

Takže pokud je naspeedovaný/přetočený, vždy budete mít větší úspěch s nějakou červenou hrou a postupně přejdete k těm klidnějším.

DŮLEŽITÉ PRAVIDLO PŘI TRÉNINKU

Pokud v daném kontextu chcete mít klidného psa:

- začnete s červenou hrou a co nejdřív přejdete ke klidnějším

DŮLEŽITÉ PRAVIDLO PŘI TRÉNINKU

Pokud v daném kontextu chcete mít klidného psa:

- začnete s červenou hrou a co nejdříve přejdete ke klidnějším

Pokud v daném kontextu chcete mít "ready" psa:

- můžete vydržet u červených a fialových her

ODMĚNY

Červené hry lze často úspěšně použít jako způsob doručení odměny.

ODMĚNY

Červené hry lze často úspěšně použít jako způsob doručení odměny.

- u rodinného psa v situaci, kdy chceme něco odměnit odměnou hodně vysoké hodnoty (nebo pokud máme jen nízkou hodnotu a potřebujeme jí uměle zvýšit)

ODMĚNY

Červené hry lze často úspěšně použít jako způsob doručení odměny.

- u rodinného psa v situaci, kdy chceme něco odměnit odměnou hodně vysoké hodnoty (nebo pokud máme jen nízkou hodnotu a potřebujeme jí uměle zvýšit)
- u sportovního psa v situacích kdy chceme mít v tréninku drive

ZAPNUTÍ PSA

Červené hry lze často úspěšně použít na "zapnutí" psa na začátku tréninku.

V případě psího sportu na to, abychom psa dostali do vhodné energie/drivu (tj. rozcvičení před samotným tréninkem - často v kombinaci s fialovým hrami).

Pokud chceme tyto hry používat jako odměny nebo na zapnutí psa na začátku tréninku, tak je fajn když je pes zná ;-).

Přemýšlení v SVE

Každý pes má hranici vzrušení/excitace, za kterou přestane vnímat (=spadne do červené zóny).

Přemýšlení v SVE

Každý pes má hranici vzrušení/excitace, za kterou přestane vnímat (=spadne do červené zóny).

Tréninkem přemýšlení v SVE lze tuto hranici částečně posunout.

Přemýšlení v SVE

Každý pes má hranici vzrušení/excitace, za kterou přestane vnímat (=spadne do červené zóny).

Tréninkem přemýšlení v SVE lze tuto hranici částečně posunout.

příklady psích sportů: obrany (přemýšlení v SVE) vs. coursing (zvýšení energie)

Vysoceexcitační psí sporty

- Pokud je to váš vysněný sport, kvůli kterému jste si svého psa pořizovali, tak v něm pokračujte.

Vysoceexcitační psí sporty

- Pokud je to váš vysněný sport, kvůli kterému jste si svého psa pořizovali, tak v něm pokračujte.
- Pokud s ním chcete začít jen proto, že by vašemu reaktivcovi mohl pomoci, tak se na to vykašlete a vyberte si klidnější sport (NW, stopy, DD, obedience, rally obedience...).

Zvýšení energie

- **tréninky přechodů mezi klidem a excitací**
- jako odměna
- na zapnutí psa na začátku



DĚKUJI ZA POZORNOST