

HERSENWERK V PŘÍRODĚ

HERSE NWERK V PŘÍRODĚ

HLAVOLAMEM
K LEPŠÍMU
POROZUMĚNÍ

HELENA POZNIČKOVÁ HEJZLAROVÁ
Kateřina Michálková

PRAHA, 2021
NAKLADATELSTVÍ
PIOTI

OBSAH

Kapitola I

Úvod 8

Kapitola II

Co je Hersenwerk 10

Kapitola III

Stručný základ hraní 14

Kdy a jak dlouho hrát 14

Seznámení 15

Příprava 16

Povel 20

Řešení 20

Ukončení 23

Pamlsky 24

Protiskluzová podložka 27

Kapitola IV

Pozorování 28

Signály psa 29

Kapitola V

Práce na míru 38

Kapitola VI

**Psí smysly
a jejich fungování 44**

Čich – klíčový smysl pro psí orientaci 44

Chuť, sestra čichu 52

Zrak 53

Hmat jako zdroj mnoha
informací z celého těla 55

Sluch, malý funkční zázrak 56

Řídící centrum 57

Kapitola VII

**Co do Hersenwerku
nepatří 60**

Iritace 60

Frustrace 63

Korekce 65

Kapitola VIII

Přírodní Hersenwerk 66

Sasanky 68

Hadi 72

Mobilní příroda 76

Vodní hlavolam 80

Koordinační hlavolamy 83

Kapitola IX

Bezpečnost 92

První pomoc 100

Kapitola X

**Kde by se práce
a zábava mohly plést
s Hersenwerkem 108**

Kapitola XI

Závěr 110

PODĚKOVÁNÍ

Pokora, loajalita, soudržnost a kritické myšlení – to jsou hodnoty, které se těžce hledají, jsou vzácné a já mám velké štěstí, že všechny jsou hlavní charakteristikou mých skvělých kolegů – poradců Hersenwerku. Vždy jsou plně otevřeni jakékoli diskuzi, navzájem se podporujeme a nikdy se od nich nedočkáme odmítnutí. Všichni do knihy přispěli různými tipy a nápady, účastnili se focení, ale i debatovali nad mými myšlenkovými pochody. Jakákoli naše společná práce, každé sdílení informací posouvá naši práci kupředu a obohacuje nás nejen jako poradce Hersenwerku, ale i jako psí trenéry a v neposlední řadě i jako lidi. Jsme součástí celku, který pomáhá lidem lépe vnímat zvířata. Za to vše jim moc děkuji.

Tváří Hersenwerku už navždy bude můj milovaný pes Rasty. Jako první z mých psů přičichl k Hersenwerku a zamiloval se do něho. On i tato metoda se společně vyvíjeli ruku v ruce, nebo spíš packu v pacce. Většina poradců Hersenwerku měla tu čest s ním hrát, protože se stal nedílnou součástí všech hersenwerkových školení. Rasty již odešel za duhový most, přesto právě jemu patří velký dík. On byl tím hnacím impulzem, díky kterému se Hersenwerk rozrostl a je tam, kde je dnes, a i já bych bez něho byla úplně jiná.



Můj první německý ovčák Rasty byl hlavním fotomodelem pro první knihu o Hersenwerku. Jeho srdce bylo plné lásky. Odešel milovaný na začátku roku 2021.

ÚVOD

Před několika lety jsme spolu s nakladatelstvím vydali knihu Hersenwerk pro psy, která měla za úkol ukázat světu Hersenwerk. Žijeme mottem: Každý pes si zaslouží Hersenwerk! A je to pravda. Stejně jako my lidé rádi odpočíváme, tak i psi potřebují odpočinek. Je důležitý k tomu, abychom vedli kvalitní život, uměli se vyrovnat se stresem, abychom zvládali náročné situace a mohli se posouvat vzhůru. Psi vnímají život po našem boku více, než si myslíme. Jsou houbou, která neustále nasává naše nálady, zklamání, stres a mnohé další. V takové zátěži se ale bez odpočinku nedá dlouhodobě žít. Musíme o své čtyřnohé přátele pečovat, a to nejen po stránce veterinární, tréninkové a sociální. Pro kvalitní život musíme psovi dopřát i odpočinek. Díky první knize se Hersenwerk dostal do některých domácností mnohem dříve, než by se tak stalo přirozenou cestou.

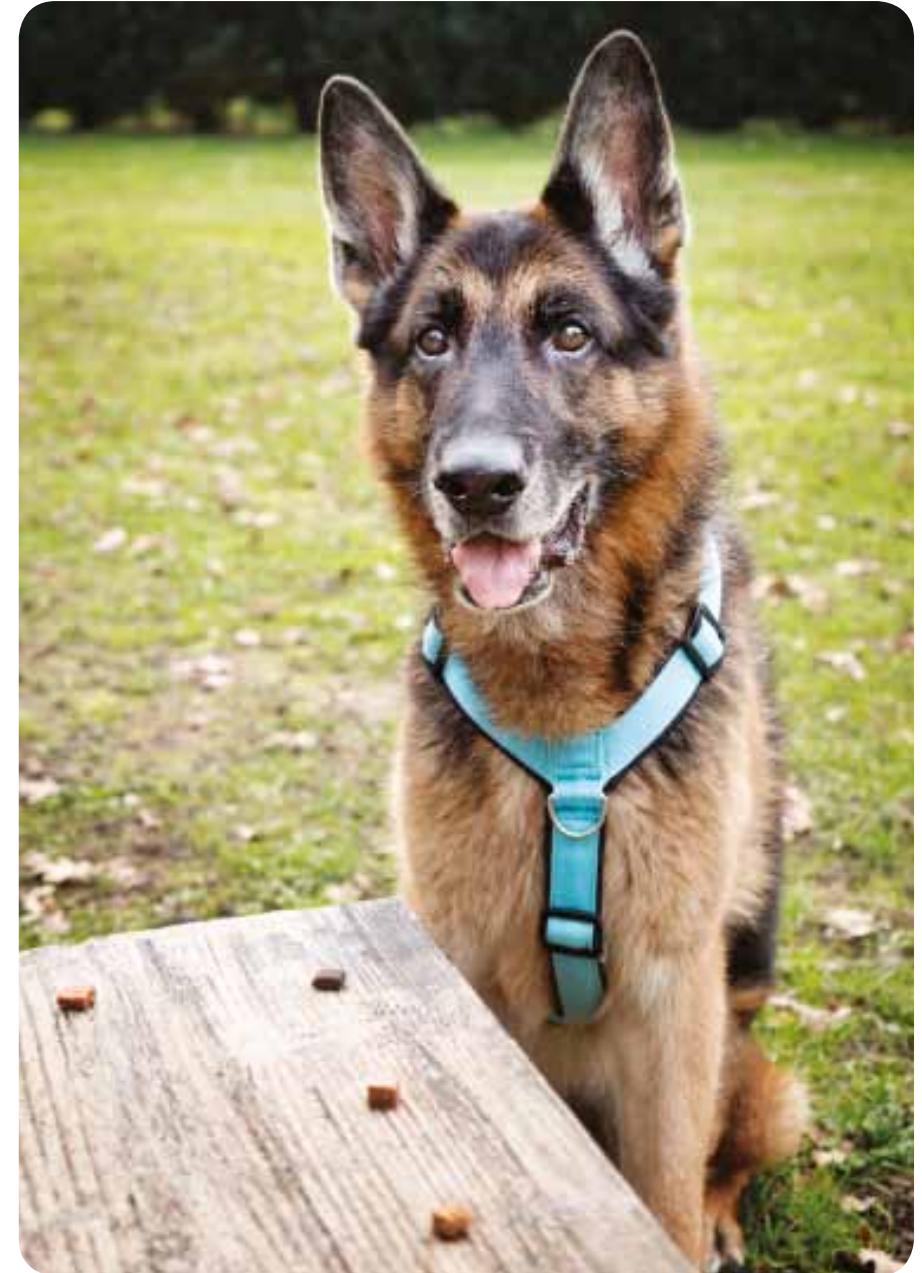
Tato kniha, jejíž řádky právě čtete, vám přiblíží Hersenwerk o něco víc. Zabloukáme společně do velkých detailů, které se liší hlavně rozmanitostí psích povah a vzhledů. Právě detaily jsou to, co dělá Hersenwerk Hersenwerkem. Při každé hře je nutné psa náležitě pozorovat a to je nelehký úkol pro majitele. Skrze Hersenwerk budete mít možnost poznat svého psa ještě lépe, on k vám totiž bude mluvit v průběhu hraní. Hersenwerk je nesmírně citlivou aktivitou. Podle toho je k němu třeba přistupovat, aby měl skutečný efekt. Není čichání jako čichání.

Kniha bude také vaším průvodcem přírodními materiály, protože hersenwerkové hlavolamy nekoupíte nikde v obchodě. Takové hlavolamy jsou všude kolem nás a příroda a naše blízké okolí je pro ně tím nejrozmanitějším obchodem. Je třeba být obezřetný, protože příroda může skrývat také nebezpečné materiály, na které je třeba dávat pozor. Na tyto záludnosti vás ale včas upozorníme, abyste měli jistotu, že váš pes i vy můžete bezpečně odpočívat.

Kniha by nevznikla bez podpory několika lidí. Knihou vás budou opět provázet fotografie především od mého tatínka, o korekturu se podělil můj muž a tentokrát i má sestra, která zároveň přispěla ilustracemi. Ani bez mých kolegů, poradců Hersenwerku, by se kniha neobešla. Hlavně děkuji své kolegyni a dlouholeté kamarádce Katce, která přispěla do knihy několika kapitolami, a to hlavně v odborných částech. Psí modelové, které jsme pro knihu fotili, si focení náramně užili, a není se čemu divit, hraní Hersenwerku v přírodě je pastva pro tělo i duši.

Hersenwerk by měl být odpočinek i pro majitele psů, tak se klidně usadte a udělejte si pohodlí, abyste si mohli vychutnat každé slovíčko.

Věřím, že tato kniha ještě víc prohloubí váš vztah se psem. Začnete lépe vnímat jeho potřeby, budete si více rozumět a v neposlední řadě dostanou vaše společné procházky zcela jiný rozměr.



Hersenwerkování si zamilujete. Není lepšího odpočinku než v přírodě.

CO JE HERSENWERK

Hersenwerk je metoda pro relaxaci a uvolnění psa. Jedná se o hraní hlavolamů, při nichž pes zapojuje všechny své smysly a soustředí se na hlavolam tak, aby si jeho mysl odpočinula. Smyslů má pes pět, stejně jako člověk – čich, sluch, zrak, chuť a hmat. Všechny smysly v hlavolamu fungují na plné obrátky. Hersenwerk je vhodný pro každého psa bez ohledu na věk, fyzická omezení, plemeno, velikost, dovednosti a mnohé další.

Pochází z Holandska, odkud k nám zavítal prostřednictvím trenérky Ivy Paštové a Inge van Harte. Inge van Harte je tvůrkyní této metody. V Holandsku se následně spojila se svou kolegyní Marleen van Baal a společně daly Hersenwerku konkrétní

obrysy. Od doby, kdy Hersenwerk dorazil k nám do České republiky, se tu začal rozvíjet vlastním životem. A není to krátká doba, u nás funguje již od roku 2014. Vybudovali jsme síť poradců, která se neustále rozrůstá, můžeme tak poskytnout hersenwerkové rady širokému publiku. Poradci jsou školení odborníci přímo na Hersenwerk a pocházejí z různých končin naší země.

Hlavním cílem Hersenwerku je odpočinek a relaxace, ale efekt může mít i mnohem širší. Společné hraní může nabídnout nejen samotné uvolnění a odreagování psa, ale také pomáhá:

- k utužení vzájemného vztahu se psem,
 - překonat drobné strachy a úzkosti,
 - k udržení lepší psychické kondice starších psů,
 - během rekonvalescence po úrazech, operacích,
 - k rozptýlení,
 - k lepší sebekontrolě, soustředění,
 - hyperaktivním psům.

To jsou výhody, které často vidíme u psů. Hersenwerkem se ale obohatí i majitel. Díky Hersenwerku se naučí lépe vnímat potřeby svého psa, rozlišit

Hersenwerk je způsob, jak dopřát vašemu psovi možnost relaxace a odpočinku. Hersenwerkování je vhodné pro každého psa. Každý pes si zaslouží Hersenwerk!



drobné komunikační signály a má možnost opravdu odhalit temperament a povahu svého parťáka.

Svět pachů je pro psy naprosto impozantní a fascinující. Není náhoda, že Hersenwerk zapojuje do řešení všechny smysly psa, tím hlavním je ale určitě čich. Toto téma podrobně rozebereme, ale zatím nepospíchejte, ke všemu se dostaneme.

Slovo hlavolam nám evokuje něco, co je nutné vyřešit. Naopak, nenechte se zmást. V Hersenwerku je vyřešení hlavolamu až na posledním místě. Pes ho vůbec vyřešit nemusí, cesta je totiž cíl. Naším úkolem je, aby pes v průběhu řešení hlavolamu pociťoval účinky uvolnění, relaxace, odreagování, a to ve smyslu fyzickém i duševním.

Nejlépe si to představíte na něčem, co je vám dobře známé. Jak odpočíváte vy? Každý člověk má různé způsoby odpočinku a mohou se lišit. Jmenujeme jen ty nejčastější:

- Běhání – případně si můžete představit jakýkoliv sport. Aktivní odpočinek je velmi častý. Při vhodně zvolené aktivitě se zrelaxuje nejen namáhané tělo, ale odpočine si především hlava.
- Úklid domácnosti – přijde vám divné, že by někdo mohl odpočívat díky úklidu? Není to zase až tak nic neobvyklého. Úklid vám totiž poskytne klid na duši a utřídí myšlenky, navíc připraví mysl na další aktivitu. Existuje celá řada lidí, kteří se neumí soustředit v nepořádku.



V Hersenwerku je cesta cílem. Pes nemusí daný hlavolam vyřešit. V hlavolamu si hersenwerkování pes užívá čistě pro sebe a pro svou chvilku klidu a odreagování.

- Čtení knihy – nesmírně uklidňující činnost, kterou mnozí lidé volí proto, že se jim unaví oči a příjemně se jim pak usíná. Díky knize a jejímu obsahu také často zapomenete na myšlenky, které vám v hlavě proudí během celého dne.
- Koupel – rozhodně se jedná o činnost, která vám zrelaxuje nejen mysl, ale velmi efektivně si v tomto ohledu poradí i s tělem. Věřím, že jste všichni pociťovali, že jste po koupeli vlastně celkem unavení a jste možná také zralí uložit se ke spánku. Tento fakt nám mimo jiné říká, že samotné uvolnění je náročná aktivita.
- Dívání se na televizi – tělo při této činnosti odpočívá spíše nehybně, ale hlava do

značné míry vypne. Tento druh odpočinku se dá zaměnit se čtením knihy. Každý jsme nějaký, a i když se jedná o velmi podobné činnosti, jinak u nich pracují naše smysly a některá činnost bude vhodnější pro jednoho a méně vhodná pro druhého.

- Procházka v přírodě – také se jedná o činnost, která je pro tělo aktivní, ale zrelaxuje se při ní tělo i duše. Čerstvý vzduch celý odpočinek jen znásobí. Byl by velký rozdíl procházet se v bytě a venku.

Odpočinkových aktivit bychom mohli jmenovat mnohem víc, každý totiž máme nějaký vlastní způsob relaxace. Někdy se můžeme setkat i s kombinovaným odpočinkem, např. sledování televize při běhání na pásu. Způsoby odpočinku jsou v psí říši to samé, jako výběr hlavolamu. Některý pes má raději rolování, jiný čuchací dečku a další zase náročnější výzvy a odpočine si u vysouvání šuplíčků.

Většina z nás se své oblíbené formy odpočinku drží. To znamená, že jej neměníme v průběhu celého života. Občas se nám naskytne příležitost na nějaký speciální odpočinek, třeba ve formě vouchery na masáž, a tak se občas zrelaxujeme i jinak. To ale nemění nic na tom, že máme své preference. Stejně je to u psů. Většina psů miluje své oblíbené hlavolamy a bez problémů je hraje celý život. Výjimečně se stane, že narazíte na nějaký pěkný materiál a hned ho zkusíte přetvořit do hersenwerkového hlavolamu. Pro pejska je to krásné obohacení, ale věřte, že se pak rád vrátí k tomu, co zná a co tolik miluje. Není potřeba mu vymýšlet každý týden nový hlavolam. Bylo by to nesmírně náročné na čas, kreativitu a nakonec by to pes stejně tolik neoceníl.

Kreativita patří k Hersenwerku nejen ze strany psa, ale i ze strany jeho majitele. Je jakýmsi tmelícím okamžikem. Pro Hersenwerk nekupujeme žádné již vyrobené a hotové hlavolamy, naopak je tvoříme, a ideálně z materiálů, se kterými se pes setkává v běžném životě. Z těch, které ho obklopují klidně každý den. Kupovaný hlavolam také neposkytuje psovi variabilitu pro řešení. Často jsou navrženy tak, že je pes musí řešit nějakým konkrétním způsobem, např. uchopit do tlamy a vytáhnout a to jednoduše odporuje zásadě Hersenwerku. Zůstaňme tedy u tvorby hlavolamu z materiálů, které nás obklopují.

Nejvíce takových materiálů většina lidí najde ve svém domově – z nich pak tvoříme různé čuchací dečky, muffinovníky, koberec pro rolování, brčka v lavorech a mnohé další. Nicméně nesmíme zapomenout na prostředí, které nám nabízí mnoho variant na skvělé hlavolamy, a to je PŘÍRODA.



V Hersenwerku není možné chybovat. Pes si sám vybere způsob řešení, hraje pro sebe a zcela dobrovolně. Každý hlavolam by měl psovi pasovat na míru podle jeho potřeb.

Hlavolamy z přírodních materiálů mohou být psům velmi příjemné. Příroda je navíc nesmírně rozmanitá a je všude kolem nás. Proč ji tedy nevyužít? Venku najdeme vše, co potřebujeme. Nejrůznější čuchací koberčky, brčka, rolování, muffinky, jednoduše v přírodě najdeme všechny vám známé hlavolamy, ale ve své přírodní podobě. V knize se právě na takové hlavolamy zaměříme.

Přírodní materiály ale mohou nést svá úskalí, a proto je potřeba se pečlivě věnovat jejich výběru tak, aby bylo hraní pro psa bezpečné. Můžeme se setkat s látkami, které jsou potenciálně nebezpečné a jedovaté. Některé malé předměty se mohou psovi zaseknout nebo zapíchnout a je potřeba je hlídat. My vás se vším seznámí-

me, takže si budete jistí a hraní v přírodě se stane vaší novou oblíbenou aktivitou.

Pro většinu psů jsou přírodní materiály něco velmi přirozeného, ale nezapomínejme na ty, kteří pocházejí z nevhodných podmínek a nikdy předtím neměli možnost třeba šlápnout na trávu. U takových psů je nutné postupovat velmi pomalu a opatrně, protože Hersenwerkem venku můžeme velmi výrazně ovlivnit jejich přijetí venkovního prostředí.

Než se ale vrhneme na přírodní materiály, musíme si připomenout, jak by takové hraní mělo vypadat.

PROČ PSI MILUJÍ HERSENWERK?

1. Vždy mají v Hersenwerku úspěch, jakékoliv řešení je správné, a proto pes nemůže udělat chybu.
2. Sami si volí způsob řešení – pes není člověkem ani hlavolamem nijak tlačěn ke konkrétnímu výsledku. Pes si může řešení vždy „zvolit“ sám.
3. Pes hraje sám pro sebe – pro svou radost. Čím déle pes Hersenwerk zná, tím víc hraje sám pro sebe, a ne pro páníčka.
4. Hlavolam je vždy vytvořen přímo pro konkrétního jedince dle jeho preferencí.
5. V Hersenwerku je vše dobrovolné, dokonce i to, jestli vůbec bude pes chtít hrát.

STRUČNÝ ZÁKLAD HRANÍ

Nepochybuji, že je důležité udělat si představu o tom, jak vlastně celý hersenwerkový proces probíhá. Jak vypadá takové hraní? Jak vlastně začít? Pojďme si pomalinku projít jednotlivé kroky.

KDY A JAK DLOUHO HRÁT

Většina majitelů psů se na první hersenwerkové lekci často ptá: Kdy je vhodné hlavolamy hrát? Kam mají takovou aktivitu zařadit? Odpověď je velmi jednoduchá. Hrajte kdykoliv, kdy máte čas vy a kdy si myslíte, že by to váš pes ocenil. Je mnoho důvodů, proč by mohl mít pes potřebu

odlehčit své hlavě a odfrknout si. Možná je jednoduše unavený po dlouhé procházce nebo měl prohlídku u doktora. Musel být dlouho sám doma a celý den se nudil, trpěl nějakou vaši návštěvou, měl náročný trénink atd. Důvodů bychom mohli vymyslet mnohem víc. Sami si odpovězte na otázku, pokud byste měli každý den možnost nějakého odpočinku podle vašich představ – řekli byste snad někdy, že nemáte zájem? Troufám si tvrdit, že by nikdo takovou možnost neodmítl a psi to mají velmi podobně. Pokud máte čas a chuť, pak můžete opravdu hrát každý den.

Hraní by nikdy nemělo být moc dlouhé. To by psa příliš unavilo a už by se nedostavil efekt odpočinku. Naopak, pes by byl velmi unavený až přetažený. Svou roli hraje nejen délka lekce, ale i velikost hlavolamu. Svah, který vidíte na fotce, by v celé své rozloze určitě neměl být velkým hlavolamem. Je až moc rozsáhlý a pes by musel prohledat ohromnou plochu. Takový hlavolam nebude pro Hersenwerk vhodný.



Občas i vy cítíte únavu jen tak, i přesto, že jste v průběhu dne nic moc nestihli, nebyli jste nijak zásadně aktivní a stejně máte pocit, že potřebujete pořádný odpočinek. Někdy se jednoduše stane, že na vaši náladu má vliv počasí. Jindy zase máte pro svou únavu hmatatelný důvod, třeba jste měli náročný silový trénink ve fitku nebo jste jednoduše běhali celý den po úřadech. Každopádně budete cítit, že si nestačí jen tak lehnout a nic nedělat. Potřebujete hlavně vypnout hlavu a to se častěji lépe dělá nějakou jinou činností.

Důležité je, aby Hersenwerk bavil vašeho psa i vás. Postupem času zjistíte, že existují konkrétní události, po kterých váš pes stoprocentně Hersenwerk ocení, a je možné, že se objeví situace, kdy o něj dokonce sám požádá.

Standardně uvádíme délku hraní okolo 5–10 minut, ale záleží čistě na vašem pejskovi. Jsou psi, kteří opravdu nespěchají, dávají si na čas a užívají si každou minutku velmi trpělivě, proto vydrží hrát dlouho. Ale také potkávám psy, kteří dlouhé hraní nezvládnou. Těm stačí opravdu pár minut, kterými můžete třeba vyplnit reklamní čas při sledování nějakého filmu. Opět bych nerada ohraničovala něco, co se konkrétně nedá určit. Myslete vždy na to, že se vše může měnit v průběhu času. Pes není stroj, je to živá bytost, které se mění povaha, nálada a díky životním zkušenostem může na mnohé věci pohlížet časem jinak. Tedy pes, který nevydržel hrát moc dlouho, a stačilo mu k uspokojení maximálně pár minut, se najednou vyloupne v psa, který Hersenwerku propadne a bude si hraní užívat klidně 15 minut.

SEZNÁMENÍ

Vyberte hlavolam, který chcete hrát, a ještě než začnete, položte ho na zem bez pamlsků a nechte psa, aby se s ním pořádně seznámil. Až si ho dostatečně prohlédne, můžete začít s přípravou. Pejška z hlavolamu odvedte ukázkou, povel, případně klidně pomocí pamlsku. Tato seznamovací fáze je nejdůležitější hlavně pro štěňata. Ta se dají lehce rozptýlit jídlem a snadno vkročí do hlavolamu kvůli nachystaným pamlskům, aniž by si vlastně uvědomovala, kam vstupují. Po chvilce se může stát, že po několika pokusech vůbec nebudou chtít do hlavolamu vstoupit anebo se přímo v něm leknou a utěčou. Takové momenty se stanou, když se s hlavolamem dostatečně neseznámí a v průběhu hersenwerkování zjistí, že se jim vlastně materiál nelíbí. Leknou se pak



Nechte psa hlavolam pročichat, ještě než mu do něho připravíte pamlsky.



zpětně i toho, že v něm vůbec hráli. Taková nedůvěra v hlavolam se špatně odnaučuje. Proto je lepší situaci předejít a s materiálem pejska seznámit dřív, než ho nachystám. Někteří se budou tvářit, že nemají zájem o hlavolam, ve kterém nejsou žádné dobroty. Takovým psům klidně hlavolam svými rukama prohmatejte, prohrabejte.

Když půjdete nakupovat novou sedačku, většina z vás si ji nejprve pořádně vyzkouší. Několikrát se na ní zavrtíte, zjistíte, jak se nám na ní sedí, leží, zkusíme různé pozice, a pokud nám vyhovuje, pak teprve ji koupíme. Nastěhujeme ji do svého domova a teprve tam se na ni usadíme a začneme opravdu odpočívat. Seznámení se s hlavolamem je velmi důležitá fáze a není radno ji podcenit. I když se vám zdá, že psovi materiál vůbec nevdává, nevšímá si ho a už netrpělivě čeká, až mu hlavolam připravíte, i přesto si ověřte, že si je pes materiálu vědom. Klidně mu ho můžete fyzicky několikrát ukázat.

PŘÍPRAVA

Pomalinku se blížíme k samotnému hraní, ale aby mohl pes hrát, musíme mu nejdříve hlavolam nachystat. Je dobré, když vidí přípravu hlavolamu. Proto bychom ho neměli zavírat do jiné místnosti či ho otáčet zády, když hlavolam chystáme. Díky přípravě pes vidí, co má před sebou, může se na něj náležitě těšit a zároveň se již během přípravy zklidňuje pro hraní. Jakmile pes vstupuje do hlavolamu, není už tak excitovaný, protože vstupuje do něčeho, co viděl předem, a zhruba ví, co



Nechat psa pozorovat přípravu hlavolamu je nesmírně důležitou součástí Hersenwerku. Samotná příprava pomůže psovi k rychlejšímu uklidnění a uvolnění v průběhu Hersenwerku.

má očekávat. Tento fakt je nesmírně důležitý v případě přírodního Hersenwerku, který by mohl být potenciálně pro psa nebezpečný. Představte si, že vám někdo nachystal ideální odpočinek. Před sebou máte masážní křeslo, dokonce i masérka je připravena, ale ještě nemůžete vstoupit a ulehnout na masážní stůl, protože masérka nemá vše připravené. Těšíte se na relaxaci, ale zároveň už jen samotným sledováním příprav prostoru se vlastně začínáte uklidňovat. Minimálně vaše hlava a mysl se pomalu zklidňuje. Vypouštíte všední starosti a přemýšlíte nad tím, jakou část těla si necháte namasírovat jako první a jestli by se vám líbil levandulový olej. Také se ptáte, jestli v průběhu zapálí i to kadidlo, co všude už teď tak krásně voní, a jestli budete mít nahřáté ručníky. Když bude ale příprava trvat moc dlouho, asi to



Jestliže hrajete Hersenwerk s materiály, které nejsou přírodního charakteru, jako např. plastová ramínka na fotce, pak není potřeba hlavolam zásadně vymezovat a určovat. Pokud by se ale jednalo o dřevěná polínka a hráli byste v lese, pak by vymezení bylo na místě. Právě příprava a její rituál vám pomůže hlavolam psovi lépe vymezit.

nevydržíte a možná si na stůl lehnete ještě dřív, než budete vpuštěni.

Tato fáze je nesmírně důležitá pro celkové zklidnění. Nicméně v přírodě má ještě další význam. Když hrajete Hersenwerk ve venkovním prostředí za použití materiálů, které nám naše okolí nabízí – např. listí, pařezy atd., tak může být pro psa těžké rozlišit, co je a co není hlavolam. Jasně mu vymezte prostor několika stereotypy a pravidly. Jedním z nich je právě samotná příprava. Pes velmi dobře vidí, kde se pohybujete, v jakém prostoru chystáte hlavolam a na ten se poté soustředí.

Existují psi, kteří jsou hlavně v počátcích na hlavolam tak natěšení, že nevydrží čekat. Buďte trpěliví, každý pes se to dříve

či později naučí. Toho docílíte jen trpělivou prací. Pro takové nadšence máme pár následujících tipů.

Využijte konkrétní prostor, na kterém bude pes čekat. V domácím prostředí to může být otevřená klec, pelíšek, dečka nebo jakákoliv věc targetového stylu. Pokud byste si s takovým místem chtěli opravdu vyhrát, můžete ho nejprve naučit samostatně jako povel. Ve venkovním prostředí je to mnohem náročnější, ale i tam lze takové místo vyhradit. Mohu využít velký kámen, pařez, nebo jen prostor na čekání ohraničit vodítkem či větvičkami. Případně můžu jen obyčejně vyznačit prostor vyrytím do země. Pro spoustu psů je čekací místo důležité. Pamatujte, že čím



jasnější a jednodušší je vaše komunikace směrem k psovi, tím lépe vám bude rozumět. Když mu tedy řekneme, že si má sednout „přímo tady“, je to jasnější informace než jen „někam si sedni“.

Pokud váš pes umí odložení, tedy výdrž v nějaké pozici, pak toho můžete využít a jednoduše mu dejte povel. Stále myslíte na to, že práce s jídlem je velmi lákavá a představa toho, že si ještě navíc jídlo může vyčmúchat, je ještě lákavější. Proto je dobré mít odložení opravdu perfektně zmačknuté a naučit pejska takovou přípravu jako ruch v běžném tréninku. Nebo přípra-

I pes, který neumí odložení, se časem naučí v průběhu přípravy čekat před hlavolamem. Stačí být trpělivý a jeho čekání nikdy nezapomenout odměnit. Nakonec si uvědomí, že hlavolam mu nikam neuteče a samotné čekání se mu vyplatí.



vu nedělejte tak dlouhou, aby pes vydržel a nezkazil si odložení. Zodpovědný majitel se bude vždy snažit nastavit psovi úspěch a připravit podmínky tak, aby je zvládl podle své úrovně. Postupnou spoluprací mohou tuto úroveň zvyšovat a dělat přípravu delší.

Pokud zatím váš pes žádné odložení neumí, nevádí. Poradíte si i jinak. Nejjednodušší varianta je fyzické přidržení psa za postroj či obojek. Důležité je uchopit psa pevně tak, aby se k hlavolamu nemohl dostat. Mohlo by vás to svádět k tomu, abyste ho tahali od hlavolamu dál, a to



Hersenwerk je klidová aktivita, zkuste se tomu přizpůsobit i vy. Psi nás vnímají velmi intenzivně a naše naladění má velký vliv na jejich hraní, i když to nemusí být na první pohled patrné. Jakmile uklidníte svůj dech, uvolníte se, vaše pohyby budou klidné a přirozené, pak se bude i psovi mnohem lépe odpočívat.

nechceme. Držte ho tedy pevně a jistě a hlavně ho nezapomínejte v průběhu přípravy odměňovat za to, že se do hlavolamu nedere, i kdybyste měli zachytit jen pikosekundu. Uvidíte, že po chvílce se pes uklidní a nebude se již do hlavolamu cpát. Zjistí totiž, že mu hlavolam neuteče. Navíc se mu čekání dokonce vyplatí, protože ho bude mít řádně odměněné. Jestliže je váš pes velký a hodně natěšený, asi to pro vás nebude ta správná cesta.

Dále můžete v přípravě využít obě ruce. Jednou rukou odměňujete pejska za jeho trpělivé čekání a druhou rukou chystáte hlavolam. Tento způsob ale vyžaduje trochu větší šikovnost a můžete narazit na

situaci, kdy je pro přípravu hlavolamu potřeba obou rukou.

Využít se dají i nejrůznější sebekontrolní hry. Nesmíme ale zapomenout na jeden důležitý moment. Pokud se vám stane, že pes vběhne do hlavolamu dříve, než mu řeknete povel, nechte ho do hlavolamu vstoupit a řešit. Rozhodně ho za žádnou cenu z hlavolamu neodstrkujte, ani mu ho nijak nezakazujte. Hersenwerk je velmi citlivou aktivitou a mohlo by se lehce stát, že po zákazu by ho pes nemusel chtít řešit. Jestliže se vám taková situace stane, pak si jednoduše musíte říct, že příště nesmí být příprava tak dlouhá, aby zvládl čekat na váš povel.



POVEL

Každou činnost je dobré psovi nějak označit. Díky tomu se může mimo jiné psychicky naladit na konkrétní akci. Tedy pokud dám psovi povel, který mu řekne, že přichází čas Hersenwerku, může se naladit. Příprava hlavolamu a povel samotný může psovi významně pomoci k uklidnění, ještě než vstoupí do hlavolamu. Když se řekne slovo masáž nebo koupel, také se vám vy-

Povel může být slovní, ale může se jednat i o gesto. Slovo i gesto by mělo opět vystihovat podstatu Hersenwerku. Např. povel „hlavolam“ je ideální, protože je to slovo měkké a víceslabičné, není tedy tak úderné jako jednoslabičný povel. Doplnit ho můžete i jemným ukázáním ruky.

baví konkrétní činnost a už se vám začne rýsovat nějaká konkrétní představa. Vaše hlava se tím pádem začne hezky ladit na danou činnost. Budete tedy mnohem lépe připraveni na samotný odpočinek, jakmile nastane.

Výběr povelu je čistě na vás, protože se nejedná o soutěžní disciplínu. Zkušenosti nám ale říkají, že je dobré, aby povel byl klidné slovo – nic rychlého a úderného. Já sama bych se vyhnula i sykavkám a tvrdým souhláskám. Slovíčko, které jde i velmi klidně říct, např. hlavolam.

Nezapomínejte, že Hersenwerk není práce, povel tedy pes nemusí splnit. Měl by vyjadřovat **možnost** jít hrát, ne povinnost. Pokud se na to necítí, nemusí vůbec začít.

ŘEŠENÍ

Pokud jsme již ve fázi, kdy jsme řekli povel pro hraní hlavolamu a pes ho chce řešit, nastupuje samotné řešení. Hersenwerk je fantastický v tom, že každý způsob řešení je možný a žádná varianta není špatná. Je to jeden z důvodů, proč ho psi tolik milují. Každý pes je naprostý originál, ale mohu určitě vyjmenovat pár typických scénářů, jak psi řeší.

1. Čumákový typ – pes řeší většinu hlavolamů převážně svým čumákem. Většinou se jedná o pejsky, kteří mají dlouhý a úzký čumák jako např. jezevčík.
2. Packový typ – pes řeší většinu hlavolamů převážně svými packami. Někteří psi dokáží být velmi šikovní a jejich packy fungují podobně jako ruce.
3. Tlamičkový typ – pes řeší většinu hlavolamů převážně uchopením do tlamy.
4. Tělesný typ – tzv. buldozer, prostě



Čumák pes využije ve většině hlavolamů. Umí být velmi šikovným nástrojem k norování či odkrývání různých předmětů a hlavně zahrnuje nejsilnější psí smysl – čich.

vlétne do hlavolamu a svým tělem všechno zbourá, tím se dostane k palmiskům.

5. Nevyhraněný typ – pes, který řešení mění a přizpůsobuje podle hlavolamu a efektivnosti řešení.

I u psů rozlišujeme motoriku na hrubou a jemnou, jen bych ráda podotkla, že toto rozlišení souvisí s jejich schopností pracovat jak s packami, tak i s tlamou a čumákem. Jsou psi, kteří své pohyby ovládají opravdu velmi jemně, mohli bychom říct, že dělají doslova mikropohyby, a existují hlavolamy, které dokáží tuto dovednost rozvinout.

Průběh řešení je také velmi individuální. Zvykněte si na to slovo co nejdříve. V Hersenwerku je totiž individuální všechno a právě to je na něm krásné. Když budete odpočívat na gauči u televize, občas se



packa je velmi užitečná, ale ne vždy je nutné ji použít. Navíc ne každý pes je schopen ji jemně ovládat. Pokud ale pes bude chtít packu použít, i když třeba jen na zkoušku, pak mu hlavolam přizpůsobte, bude-li to třeba.

Nevnucejte psovi konkrétní způsob řešení, výběr je jen na něm.



Helena Pozníčková Hejzlarová, Kateřina Michálková

HERSENWERK V PŘÍRODĚ
HLAVOLAMEM K LEPŠÍMU POROZUMĚNÍ

Fotografie Jaroslav Hejzlar

Ilustrace Jana Šnáblová

Redakce Zuzana Pallová

Sazba Matěj Barták

Vydal Pavel Jeřábek – Nakladatelství PLOT, Bělohorská 2,
169 00 Praha 6, www.plotknihy.cz, jako svou 391. publikaci

Tisk Těšínské papírny, s.r.o., 2021

Vydání první, Praha 2021

ISBN 978-80-7428-404-5