

Grisha Stewartová, CPDT-KA

Trénink pro úpravu chování

Nové praktické techniky,
jak si poradit s reaktivním psem

NAKLADATELSTVÍ

PLOT

Praha, 2021

Pro moji maminku, která mě naučila,
že lidé nejsou jediní tvorové, kteří mají city.

Pro Peanuta, prvního BAT psa:
mou spřízněnou psí duši, mého učitele a múzu.
Pořád se učím, abych si čím dál víc všímala, jak se rozhoduješ.
Co mě ty a malý Bean naučíte příště?

Behavior Adjustment Training 2.0
New Practical Techniques for Fear, Frustration, and Aggression in Dogs

© 2016 Dogwise Publishing

English edition published by Dogwise Publishing, Wenatchee, Washington, USA.

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této knihy nesmí být reprodukována ani vysílána v jakékoli podobě a jakýmkoli prostředky, elektronickými, digitálními či mechanickými, včetně fotokopíí, zvukových záznamů nebo jakýmkoli systémem pro ukládání a vyhledávání informací, bez písemného svolení nakladatele.

Autorky a nakladatel nenesou odpovědnost v případě náhodných nebo následných škod vzniklých na základě opatření, provádění nebo používání pokynů a doporučení obsažených v této knize nebo v souvislosti s nimi.

Copyright © Grisha Stewart, 2016

Illustrations © Lili Chin, www.doggiedrawings.net; Humane Hierarchy: Susan Friedman and James Fritzler, 2016

Cover photo © Mgr. Lucia Drietomská (TaraWillow Photography), 2021

Photos © Animals Plus, Company of Animals, Dan Catchpole, Simon Conner, Dennis Fehling, Katrien Lismont, Dana Litt, Carly Loyer, Marie Legain, Stevie Mathre, Melissa McDaniel, Midwest Metal, Premier Pet Products, J. Nichole Smith, Smart Animal Training Systems, Thundershirt, Risé VanFleet, 2016

Translation © Jana Dušková, 2021

© Nakladatelství PLOT, 2021

ISBN 978-80-7428-407-6



Obsah

Poděkování	7
Úvod.....	9
Kapitola 1: Jak chápat BAT: klíčové koncepty	15
Kapitola 2: BAT pes se vrací: co jsem se naučila od Peanuta.....	26
Kapitola 3: Provizorní řešení: základy bezpečnosti a managementu	37
Kapitola 4: Jak odhalit problém, ještě než začne.....	77
Kapitola 5: Dovednosti s vodítkem pro svobodu a bezpečnost	96
Kapitola 6: Simulované situace na reaktivitu.....	110
Kapitola 7: Označ a jdi: práce nablízko a ve stísněných prostorech	144
Kapitola 8: Řešení problémů u simulovaných situací	168
Kapitola 9: Překvapení: náhlý kontrast v prostředí	177
Kapitola 10: BAT při každodenních procházkách	182
Kapitola 11: Miluj souseda svého: potyčky u plotu	192
Kapitola 12: „Kdo je to?“ Jak naučit psa, aby měl rád návštěvy.....	200
Kapitola 13: BAT pro socializaci štěňat	206
Kapitola 14: Pro trenéry a behaviorální poradce: jak používat BAT u klientů	219
Závěr.....	240
Dodatek 1: Základy kliktréninku	242
Dodatek 2: Jiné techniky využívající funkční posilovače	258
Dodatek 3: Pro trenéry a behaviorální poradce: zasvěcené řeči o termínech a kvadrantech.....	267
Dodatek 4: Zkušenosti trenérů a klientů s BAT	286

O autorce	312
Zdroje	314
Glosář	318
Rejstřík	326

Poděkování

Za pomoc při vytváření BAT obecně a téhle knihy zvláště jsem vděčná mnoha lidem. Ale můj vděk patří především Peanutovi a Boo Boovi za to, že mi ukázali, že pod tím křiklounem se skrývá moudrý pes, a za to, že byli trpěliví, když jsem hledala to, co jsem měla přímo pod nosem.

Děkuji:

Svému manželu Johnovi za to, že měl pochopení, když jsem někdy prostě musela vyrazit s Peanutem kempovat do aljašské divočiny, abych mohla psát.

Svému úžasnému BAT týmu, který mi poskytoval podporu na scéně i za scénou; jsou to: Ellen Naumannová, Kristin Burkeová, Joey Iversenová, Carly Loyerová, Jo Laurensová, Lisa Walkerová, Viviane Arouzoumanianová, Jennie Murphyová. Bez vaší pomoci bych tohle všechno nezvládla.

Jill Olkoskiové za trpělivost během vytváření BAT 1.0, za to, že mi věřila, že vytrénuji tvého psa (který je vyobrazený na obálce), a za to, jak jsi mi pomáhala soustředit se na to podstatné.

Artist extraordinaire Lili Chinové za krásné obrázky v celé téhle knize a za přínosný a přátelský přístup během celého procesu.

Všem lidem, kteří pomáhali rozvíjet nejrůznější metody využívající funkční posilovače, z nichž jsem čerpala inspiraci pro BAT, a také Leslii McDevittové (za Poslušnost i bez vodítka) a Karen Pryorové a všem skvělým klikrtrenérům.

Certifikované TTouch odborníci Lori Stevénové za poutavé diskuse a nápady během mého úvodního brainstormingu k BAT 1.0.

Altě Tawzerové z Tawzer Dog za neuvěřitelnou podporu. To ty jsi mi pomohla odstartovat BAT a já na to nikdy nezapomenu.

Trenérkám Kathy Sdao a Joey Iversenové za moudrost a pochopení při tréninku – s Peanutem i obecně. Teď můžeme říct: „Dokázaly jsme to.“

Susan Friedmanové za to, že do kynologické komunity přináší vědecké informace o mnoha věcech včetně toho, jak důležité je přenášet kompetence na naše

Úvod

žáky. Také bych chtěla Susan poděkovat, že mi pomáhala držet hlavu vzhůru a soustředit se na lidi, kteří jsou ochotní se učit.

Certifikovaným BAT instruktorům (CBATI) po celém světě za to, že věnují čas a energii osvojování dovedností BAT a jejich uplatňování. Díky vašemu úsilí je na světě líp!

Pořadatelům mých seminářů po celém světě. Z každé zkušenosti jsem si vzala poučení a všechny informace jsem shrnula do BAT 2.0. Děkuji vám za to, že jste mě tak laskavě uvítali ve svých regionech a umožnili mi podělit se v nich o BAT. I díky vám už se BAT naučilo tolik lidí.

Z první knihy: trenérům a milovníkům psů ze skupiny Functional Rewards Yahoo! po celém světě (včetně Sarah Owingsové, Jude Azarena, Donny Savoieové, Irith Bloomové, Dani Weinbergové, Davida Smelzera, Barrie Lynnové, Susan Mitchellové, Danielle Theuleové, Rachel Bowmanové, Dennise Fehlinga a mnoha dalších) za skvělé nápady a za to, že přinášejí BAT psům ve svém životě. V dnešní době už BAT probírá asi deset tisíc lidí v různých internetových diskusních skupinách, takže se obávám, že všechny zmínit nemůžu. Jen na Facebooku je šestačtyřicet moderátorů různých BAT skupin. Chci ale vyzvednout aspoň Liz Wyantovou a Chelsea Johnsonovou za to, že moderují hodně frekventovanou oficiální skupinu na Facebooku, a Jude Azarena na Yahoo. Děkuji vám!

Spouště psích i lidských pomocníků, kteří už dopomohli BAT psům k učení a změně. Dobrovolným recenzentům téhle knihy, včetně Susan Friedmanové, Jo Laurensové, Carly Loyerové, Bree Mizeové, Kristen Thomasové a Matta Whitea. Všechny chyby, které tam zůstaly, jsou jen moje.

Laskavým lidem, kteří napsali o svých zkušenostech s BAT: vaše příběhy ukážou druhým, jaká je síla a účinnost volby.

Nakladatelství Dogwise za to, že vydalo tuhle knihu, hlavně Charlene Woodwardové za to, že mě kontaktovala se žádostí o vydání první knihy o BAT. Děkuji Larrymu Woodwardovi, Lindsay Peterellové, Jonu Lukeovi a Natu Woodwardovi za to, že mi pomohli dát to všechno dohromady.

Mám doslova vášeň pro emocionální blaho psů. V téhle knize se dozvíte, jak používat nejnovější verzi tréninku pro úpravu chování (Behavior Adjustment Training, BAT), což je nástroj, který jsem vytvořila, abych dopomohla psům a lidem k lepšímu soužití. Ti z vás, kteří četli mou první knihu o BAT, která vyšla v roce 2011, si možná vzpomínají, že jsem BAT označila za rozpracované dílo. A od té doby jsem skutečně pořád doladovála protokoly, které používám. Provedla jsem tolik změn, že už jsem klientům přestala doporučovat, aby si přečetli starou knihu. Proto bylo načase napsat novou! Způsob, jakým učím a používám BAT teď, přinesl zjednodušení mnoha postupů, takže pro psy znamenají menší stres a příjemnější prožitek.

BAT můžete u psů používat k nápravě strachu, agresivity a frustrace psů a u štěňat k tomu, aby u nich problémy s reaktivitou vůbec nevznikly. BAT sice není jediný nástroj, který při tréninku používám, ale představuje základ mého přístupu ke všem psům a mé pomoci klientům se socializací štěňat a s reaktivitou psů. Žasnu nad tím, o kolik jsou pokroky psů rychlejší, než byly před BAT, a dokonce i ve srovnání s BAT 1.0. Dosvědčují mi to trenéři z celého světa, kteří to u svých klientů také zažívají.

Pokud už jste někdy trénovali nějakého psa, tak jste si pravděpodobně mezi svými tréninkovými nástroji určité techniky obzvláště oblíbili. Většina metod moderního nenásilného tréninku je s BAT nějakým způsobem slučitelná. Pro filozofii BAT je ovšem charakteristické menší řízení ze strany trenéra, než jste možná byli zvyklí; dodává totiž maximální kontrolu nad zkušenostmi s desenzibilizací samotnému psovi.

Naopak pokud jste dosud trénovali tak, že jste byli „vůdce směčky“, uštěďovali psy korekcí vodítkem nebo elektronickým obojkem nebo u něj používali

alfa převalení, tak budete mít při čtení o BAT tak trochu pocit, jako byste přecházeli od tlačítkového k chytrému telefonu. Zpočátku vám to může připadat hodně jiné (nebo z toho možná dokonce budete nesví). Věda o změnách chování, která se nazývá behaviorální analýza, o celé dekády předstihla to, co se ukazuje v televizi, takže nejste sami. Techniky založené na korekcích se ještě stále používají, i když už dnes máme lepší alternativy. Možná ještě nejste připraveni zbavit se toho tlačítkového telefonu, ale to nevadí. Podobně jako má chytrý telefon oproti tlačítkovému velké přednosti, obsahuje i tenhle styl tréninku velmi účinné možnosti, které starý způsob nemá, ale také vyžaduje spoustu učení a přechod na jinou technologii může být frustrující. Zkuste ale odložit starý telefon někam na polici a na pár měsíců vyzkoušet něco nového.

Vyznačte si to do kalendáře a v příštích třech měsících se důsledně držte filozofie z téhle knihy. Změna je těžká. Možná cestou zažijete nezmary, které ve vás vyvolají touhu vrátit se k tomu, co je pro vás pohodlnější. Pokud se někde zarazíte nebo si nebudete jistí, jestli určitý váš tréninkový návyk jde dohromady s touhle filozofií, můžete mi poslat dotaz na moji internetovou školu Animal Building Blocks Academy. Až uplynou tři měsíce, porovnejte to, co jste dělali dřív, s tím, co děláte teď, a sami posuďte, kterému tréninkovému stylu dáte přednost.

Jsem si jistá, že pokud jste si vybrali tuhle knihu, tak byste mohli být na změnu připravení. Možná pocítíte úlevu, když zjistíte, že BAT se hodně liší od mnoha jiných způsobů práce s agresivitou, frustrací a strachem. BAT nepoužívá korekce vodítkem, ale ani neustálé krmení psa pamlsky. Pamlsky používáme, když jsou zapotřebí, protože jsou účinné a pro psa a pro náš vzájemný vztah jsou lepší než korekce vodítkem. Ale podle mých zkušeností získá pes poučení o správných sociálních interakcích nejlépe prostřednictvím samotných sociálních interakcí. Proto si nemusíme vybírat mezi aktivním posilováním nebo trestem. Psi mají vlastní mozek a ten můžeme využít k tomu, abychom dosáhli změny v jejich chování. S pomocí BAT jim jen připravíme scénu a pak ustoupíme z cesty, aby se mohli sami učit z interakcí v bezpečném prostředí.

Tuhle knihu jsem napsala, abych majitelům pomohla při práci s vlastními psy a profesionálním trenérům při práci se psy klientů. Zkušenosti trenéři a pracovníci útulků by knihu měli snadno pochopit a použít ji k tomu, aby pomohli psům, kteří mají problémy s reaktivitou. Naléhavě doporučuji, aby trenéři nejdřív vyzkoušeli BAT u psů přátel nebo sousedů, protože u nich budou moci experimentovat s popsávanými technikami svobodněji než u platících klientů. Abyste získali na své cestě další pomoc, můžete vstoupit do některé z diskusních skupin (viz

GrishaStewart.com). Na konci knihy je navíc kapitola, kde najdete i jiné možnosti, jak získat podporu.

Pokud ještě s tréninkem nemáte velké zkušenosti, ale přesto chcete pracovat se štěnětem nebo se psem, který má problémy se strachem nebo s agresivitou, měla by vám být tahle kniha včetně čtyř dodatků a glosáře velmi užitečná. Ale možná uděláte ještě lépe, když se do toho nebudete pouštět sami, ale požádáte o osobní podporu někoho, kdo už takové zkušenosti má. Obzvláště pokud máte obavy ohledně bezpečnosti nebo svému psovi ještě občas nerozumíte nebo nedokážete odhadnout, co udělá, doporučuji vám, abyste si nejdřív přečetli tuhle knihu a potom požádali o pomoc certifikovaného instruktora BAT (Certified BAT Instructor, zkratka CBATI, vyslov „sí-baty“). Na webu GrishaStewart.com mám seznam CBATI. Pokud ve vaší blízkosti žádný CBATI nebydlí, tak to ještě není žádná nepřekonatelná překážka: mnozí z nich poskytují soukromé konzultace přes video. Jestliže spolupráce se CBATI není možná, může vám pomoci aplikovat tyhle techniky u vašeho psa i profesionální trenér psů nebo behaviorální poradce obeznámený s nejnovější verzí BAT. Já navíc dávám i internetové kurzy BAT a na internetu najdete i stále se rozvíjející komunitu lidí, kteří už BAT používají (viz GrishaStewart.com). Takže podpora je k dispozici!

Pokud ve svém regionu nenajdete trenéra, který by měl zkušenosti s BAT, vyhledejte trenéra používajícího „pozitivní“ nebo „nenásilné“ metody, který již pracuje s reaktivitou u psů, a tuhle knihu mu doporučte. Vám i vašemu trenérovi jsou k dispozici nejrůznější další zdroje poučení o BAT, včetně mých internetových kurzů. Dále si váš trenér může najmout CBATI jako mentora, který mu pomůže dále zlepšovat konkrétní dovednosti v oblasti BAT. Pokud je ochoten učit se novým technikám, je to dobré znamení. Svědčí to o jeho zvědavosti, dovednostech v oblasti řešení problémů a profesionalitě.

Co obsahuje tahle kniha

Tahle kniha probírá všechny hlavní zásady techniky BAT, od základů řeči těla po rafinované drobnosti BAT. Čtenáři, kteří už BAT znají, zjistí, že některé kapitoly nové knihy obsahují stejný materiál jako původní publikace, ale z větší části prodělala kniha významné úpravy. V některých případech obě verze porovnávám, takže uvidíte, jak se vyvíjel můj přístup k danému tématu. Ale nebojte se; k porozumění knize, kterou máte před sebou, žádné předchozí zkušenosti s BAT nepotřebujete.

Pokud už jste BAT používali, tak možná váháte, jestli se teď máte učit úplně nový způsob. Ujišťuji vás, že když se BAT 2.0 naučíte, tak se vám určitě bude líbit víc. Považujte ho za „fázi 4“ a stavte na nástrojích, které už máte. Nemohla jsem se dočkat, až o BAT napíšu novou knihu, protože v posledních několika letech jsem ho v mnoha ohledech vylepšila. BAT bude nikdy nekončící práce a s postupem času budu určitě provádět další změny. Změny, které jsem udělala v téhle knize, přinášejí zmírnění stresu, úsporu času, zjednodušení pokynů a do celého procesu vnášejí větší přirozenost. Větší přirozeností mám na mysli to, že upravujeme prostředí tak, aby měl žák ještě větší kontrolu nad svými výsledky. Když budu konkrétně porovnávat novou verzi se starší, budu ji nazývat BAT 2.0; pokud se něco týká pouze původní verze, budu ji označovat jako BAT 1.0. Pokud se zmíním o BAT bez čísla, znamená to, že hovořím o BAT 2.0.

Procesem a inspirací k přechodu od BAT 1.0 k BAT 2.0 se budu více zabývat v hlavních kapitolách téhle knihy. Základními kameny technik a protokolů, o kterých se dočtete v téhle knize, jsou i nadále tři hlavní principy původního BAT:

1. Dejte psovi šanci, aby se pohyboval kolem **spouštěče** a získával o něm informace.
2. Neustále vyhodnocujte stres a snažte se ho zredukovat.
3. Ke zmírnění stresu mimo trénink použijte nástroje **managementu**, abyste zabránili nezdarům.

Teď vykládám uvedené tři body jiným způsobem, než jak jsem to dělala, když jsem psala původní knihu. Během let probíhal v BAT posun ke stále většímu přenášení kompetencí na psy (i jiná zvířata) a zvyšoval se důraz na potřebu přirozenějšího učení. V knize najdete bližší podrobnosti k tomuto vývoji.

Co je v BAT 2.0 nového:

- Techniky se snáze chápou a vysvětlují.
- Pes určuje, kdy se přiblíží ke spouštěči a bude pokračovat dál, pokud je to bezpečné (pod **prahem**). V BAT 1.0 naopak více vedl psovod, jak při přístupu, tak při ústupu, a někdy měl už předem v duchu stanovený cíl, jak blízko ke spouštěči se dostat.
- Naučíte se specifické dovednosti s vodítkem.

- Člověk ve většině **simulovaných situací** nijak specificky neposiluje chování – ale v určitých situacích to přesto dělá.
- Protokol zmírňuje stres ještě víc než v původní verzi.
- Důležité je uspořádat prostředí (**upravit předcházející okolnosti**) ve prospěch emocionální bezpečnosti žáka tak, aby se mohlo uskutečnit žádoucí chování a aby bylo přirozeně posíleno.

V téhle nové zjednodušené verzi *BAT* dovádí základní filozofii **přenášení kompetencí a úpravu předcházejících okolností na vyšší úroveň**. Víím, že změna je těžká a že v některých z vás vyvolává BAT 2.0 obavy, protože jste si starou verzi BAT opravdu oblíbili.

Ale zvládnete to bez problémů. Slibuju.

To, co se někteří z vás dozvěděli u BAT 1.0, nezmyslelo. Techniky, které jste se naučili pod názvem Fáze 1, 2 a 3, jsem přeformulovala do techniky **Označ a jdi**, která je snáze pochopitelná. Simulované situace jsou teď pečlivě uspořádané tak, aby bylo chování posilováno přirozeně vznikajícími následky, aniž bychom my museli něco označovat, ale techniku Označ a jdi přesto použijeme, pokud bude pes pomoc na takové úrovni potřebovat. Pamatujete si na moje standardní doporučení z BAT 1.0, abyste vždycky používali tu nejvyšší fázi, jakou je zvíře schopno zvládnout? Tak to, o čem vám budu povídat v téhle knize, je jakási Fáze 4, a tímhle způsobem teď budete dělat BAT, kdykoli to bude možné. Technika Označ a jdi se používá v situacích, kdy se v BAT 2.0 zrovna nehodí doporučení „následuj svého psa“ (později uvidíte, co tím myslím). Kapitulu Označ a jdi si určitě důkladně pročtete. Jsou v ní drobné, ale velmi důležité rozdíly, kterým musíte věnovat pozornost při zmírňování stresu, včetně zásadního doporučení nevodit psa směrem ke spouštěči.

BAT pro širší použití a pro profesionály

Když hovořím o reaktivitě psa vůči jiným psům nebo vůči lidem, dá se skoro všechno z toho, co učím, zobecnit i na jiné předměty reaktivity. Jinými slovy, prakticky všechny koncepty nebo techniky platí i na psy, kteří jsou reaktivní vůči předmětům ve svém prostředí, a dokonce se dají použít i u reaktivních zvířat různých jiných druhů. Pokud se můj příklad týká psů, kteří jsou reaktivní na lidi, a váš pes je reaktivní pouze na psy, jsou koncepty stejné. Buďte kreativní, braňte se škatulkování a nemyslete si, že daný koncept se na váš problém nedá použít!

Když například napíšu „nechte psa, ať si jde očichat lidského pomocníka“, můžete si to převést na „nechte psa, ať si jde očichat psího pomocníka“.

Tahle kniha je určená každému, kdo potřebuje pomoc s reaktivitou psa a socializací štěněte, ale obsahuje i některé prvky, které jsou užitečné obzvláště pro profesionální trenéry psů a behaviorální poradce. Ty jsou obsažené v pasážích „Tip pro profesionály“ a týkají se „BATování“ s klienty. Kapitola 14 je pak celá určena profesionálům, kteří používají BAT u klientů. Dodatek 2 obsahuje historii jiných metod, které využívají **funkční posilovače** (tj. využívají následky, které psovi prozatím přináší reaktivita, k posílení lepšího chování), včetně BAT 1.0. Dodatek 3 pojednává všechny prvky v „zasvěceném žargonu“ – například se zabývá tím, které kvadranty teorie učení platí na BAT. Oba tyhle dodatky jsou určeny odborníkům na reaktivitu u psů. Mým cílem je pomoci vám, abyste si začlenili BAT do určitého kontextu, odlišili ho od jiných technik a integrovali ho do svých oblíbených tréninkových metod.

Ještě jednou upozorňuji, že BAT je neustále se vyvíjející proces. Doufám, že se vám tahle kniha bude líbit. Považujte ji prosím za nejaktuálnější verzi BAT v době, kdy byla napsána. Procvičujte techniky, které jsou zde popsány, probírejte to, co jste se naučili, s druhými, účastněte se seminářů, sdílejte videa při internetových diskusích a kombinujte BAT s jinými tréninkovými metodami tak, aby to vyhovovalo potřebám zvířat ve vašem životě. *Především vždycky upravujte situace tak, aby měla zvířata možnosti volby a aby se z nich mohla učit, beze strachu, bolesti nebo averzivního násilí.*

Pár poznámek ke stylu

V celé knize různě střídám pohlaví psů, abych se vyhnula nemotorným formulacím „on/ona“ a podobně (v překladu je pro přehlednost důsledně používán výraz „pes“, pozn. překl.). Termíny, které mohou být pro některé čtenáře neznámé, jsou při prvním výskytu vytištěné **tučným písmem** a jejich definice je pak uvedena v Glosáři na konci knihy. Ke zdůraznění je používána kurzíva.

Další podpora

Abych vám mohla poskytnout další podporu, až budete dělat BAT 2.0, vytvořila jsem speciální bezplatný kód do své internetové školy. Kód BATBOOK použijte na: <http://grishastewart.com/coupon-trial/>

Jak chápat BAT: klíčové koncepty

Mým posláním je dopomáhat psům, aby mohli mluvit do toho, jak se o ně staráme. TRÉNINK PRO ÚPRAVU CHOVÁNÍ (BEHAVIOR ADJUSTMENT TRAINING, BAT) zmírňuje reaktivitu tím, že psům dodává větší kontrolu nad jejich vlastní bezpečností. Víím, že to zní neuvěřitelně, protože to vypadá, jako by pes měl mít kontrolu i nad námi. Přitom jsou celé televizní programy věnovány kreativním způsobům, jak psa dominovat, v duchu přesvědčení, že jediný způsob, jak získat kontrolu, je ten, že o ni psa připravíte. Ale výzkumy z posledních desetiletí svědčí o tom, že psa není třeba dominovat. Mnohem užitečnější a zdravější je umožnit mu, aby měl nad svou bezpečností určitou kontrolu sám. Psi potřebují efektivní způsoby uspokojování svých potřeb.

Pokud čtete tuhle knihu, tak pro to máte nějaký důvod. Možná váš pes štěká, dělá výpady nebo vám utíká. Možná jste profesionál, který hledá další strategie, jak pomoci klientům s reaktivitou. Možná se chcete dozvědět, jak používat BAT k socializaci štěňat nebo psů z útulku, o které se staráte, protože víte, jak může reaktivní pes děsit okolí a dostat majitele do izolace.

Ať máte ke čtení jakýkoli důvod, tak jste se pravděpodobně už nejméně jednou setkali s reaktivitou, jako se to stalo mně, když jsem začala vytvářet trénink pro úpravu chování, tedy BAT. Když jsem se reaktivitou zabývala ve své profesi, hledala jsem lepší způsob, jak pomoci svým klientům. Ale ještě důležitější pro mě bylo, že jsem potřebovala způsob, jak pomoci svému vlastnímu psovi. O Peanotovi se víc dozvíte později, až vás seznámím se stručným přehledem BAT, protože tak bude jeho příběh dávat větší smysl.

V BAT budete svému psovi vytvářet příležitosti k emocionálně a fyzicky bezpečným interakcím s prostředím. To je obzvláště užitečné v případech, kdy **spouštěče** frustrace, agresivity nebo strachu jsou živí tvorové, například jiní psi nebo lidé. Ať je ovšem spouštěčem cokoli:

- BAT dodá psovi maximální kontrolu nad jeho vlastní bezpečností a nad významnými událostmi v jeho životě.
- BAT vytváří bezpečné scénáře, které psovi umožňují přirozenou socializaci a interakci se spouštěči sociálně přijatelným způsobem.

BAT obsahuje i celou řadu jiných klíčových konceptů. Tahle kapitola vás s nimi stručně seznámí. V dalších částech knihy pak najdete další podrobnosti a příklady; například v příští kapitole se dozvíte, jak jsem je začala používat, když jsem pracovala s Peanutem.

Kontrola a přenášení kompetencí

Pokud váš pes projevuje nějaké chování, které si nepřejete, říkáte si možná: „Proč to dělá?“ Je to tím, že vás nemá rád? Snaží se vás snad dominovat? Když ví, že se vám nelíbí to, co dělá, tak proč to dělá dál? Není to snad váš nejlepší přítel?

*Živočich uskutečňuje chování proto, aby jím nějak ovlivnil situaci, ve které se nachází. Aplikovaná analýza chování pro tyhle situace používá termín **spouštěcí situace**: kontextové signály z vnitřního a vnějšího fyzického prostředí, které předpovídají možné následky určitého chování. Jinými slovy, váš pes se chová tak, jak se chová, prostě proto, že má určitý cíl, který mu dané chování pomůže dosáhnout, ne proto, že by vás neměl rád. To je celý smysl chování. Možná mu dané chování ani nepřipadá zvlášť zábavné; u reaktivity to platí dokonce ve většině případů. Ale pokud pes zjistil, že díky danému chování docílí toho, co chce nebo potřebuje, tak ho pravděpodobně bude opakovat. Vy si možná říkáte, že je to problémové chování. Váš pes si jen říká: „Funguje to.“ No, možná si to neříká přesně takhle, protože nepoužívá slova. Ale na nějaké úrovni si prostě uvědomuje souvislost mezi chováním a výsledky.*

U kontrolovatelnosti jde o to, jak velký vliv má chování psa na výsledky, obzvláště jak velkou kontrolu mu chování zajišťuje nad stresory. Ovlivňovat chováním vnější události, to je základní potřeba všech živých tvorů. To je celý smysl chování.

Trénink založený na přenášení kompetencí maximalizuje kontrolovatelnost tím, že vytváří zvířeti příležitosti k tomu, aby si mohlo plnit své cíle. Samozřejmě musí existovat určitá rovnováha; nemůžeme nechat psy, aby pobíhali, kde je napadne, a dělali si, co chtějí. Musíme zajistit bezpečnost jim i svým rodinám. Kdykoli je to ale možné, měli bychom na zvířata přenést kompetenci, aby mohla kontrolovat výsledky svého počínání.

Trénink, dokonce i bezbolestný trénink bohužel klade důraz na to, aby měl nad chováním psa kontrolu člověk. Když je žák pod příliš velkou kontrolou, tak ho to ale připravuje o kompetence, ať je kontrola uskutečňována prostřednictvím hrozeb nebo pamlsků. Samozřejmě to má svůj smysl: i my jsme živočichové a kontrola pro nás představuje jednu ze základních potřeb! Musíme ale dávat pozor, abychom tuhle kontrolu nezískávali na úkor psa. Když potřebuji zarazit určité chování, tak raději zajistím management prostředí ze zákulisí, než abych zakročila a prováděla u každého chování mikromanagement. Pes se proto naučí vhodně rozhodovat nezávisle na zákrocích člověka. Můžete začít například tím, že budete mít v místnosti jen předměty vhodné k okusování. Časem můžete začít přidávat předměty, které k okusování vhodné nejsou, ale postarat se o to, aby pes o jejich okusování neměl zájem: tím, že budou obtížněji dosažitelné, budou mít hořkou příchuť a podobně. Pak máte druhou možnost: můžete chodit za štěnětem a brát mu cenné předměty z tlamičky. U první možnosti má štěně dostatečnou kompetenci a zároveň velkou míru kontrolovatelnosti (i když v kontrolovaném prostředí). Díky tomu si navykne okusovat hračky, které jsou pro něj dostupné, a z následků svého chování se poučí. Z okusování vhodných hraček se stane jeho **výchozí chování**.



Peanut, moje múza

U druhé možnosti je jeho chování zmařeno pokaždé, když mu něco vezmete z tlamičky. Vaše věci jsou v bezpečí stejně jako v prvním případě, ale kontrolovatelnost u psa je malá. Při tomto scénáři může štěně přijít o kompetence i použitím pozitivního **posilování**. Pokud mu například dáváte pokyn „pusť“ nebo „nech“ a posilujete jeho chování pamlsky, tak má určitou kontrolovatelnost, ale jeho chování je zaměřené pouze na to, aby získalo přístup k pamlsku, což neřeší vlastní problém: bolavé štěněcí dásně. Možná se mu to bude líbit, ale přesto nebude mít otevřenou cestu ke splnění dané potřeby. Navíc riskujete, že vytvoříte řetězec chování: chňapnu hračku -> pustím hračku a získám za to pamlsk.

Posílení chování je jakýkoli následek, který zvýší pravděpodobnost tohoto chování v budoucnosti. Posilovače mohou být pamlsky, hračky nebo úleva od něčeho nepříjemného, například od sociálního tlaku.

Změna chování za pomoci BAT

Chování, jehož častost chcete změnit prostřednictvím modifikace chování, se nazývá **cílové chování**. Cílové chování je takové, které můžete měřit, chování, které chcete budovat tak, aby se dělo častěji a abyste jím mohli nahradit chování, které vidíte nyní. Například namísto štěkání a vrčení byste chtěli vidět třeba čenichání, odvrácení a podobně. To jsou cílová chování. Těch chceme dosáhnout.

Kreativně se zamyslete nad tím, co váš pes získá jako následek svého současného chování. Jinými slovy, jaký je funkční posilovač pro jeho výchozí reakci? Představte si **funkční posilovač** jako následek z „reálného života“, který je účelem reaktivního chování vašeho psa. Naučil se pes, že štěkání na cizí lidi má za následek to, že odejdou? Možná považuje cizí lidi za hrozbu a zvětšení vzdálenosti mu vytvoří bezpečnostní nárazník. To je funkční posilovač pro jeho štěkání (v první knize o BAT jsem to většinou nazývala funkční odměnou). Když si položíte otázku: „Proč to můj pes dělá?“, tak je nejužitečnější pátrat po jeho funkčních posilovačích a ne se snažit zjistit, co je s vaším psem „v nepořádku“. On není nemocný. Dělá to z nějakého důvodu. *Proč jsou funkční posilovače tak důležité? Protože jsou klíčem ke změně chování.*

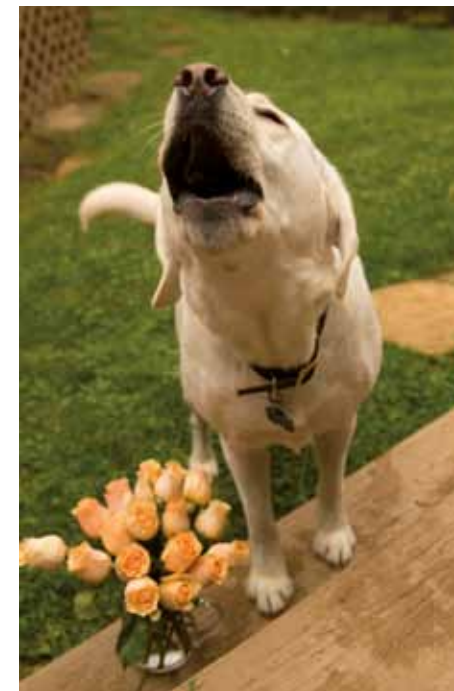
Jakmile budete znát funkční posilovač(e) pro současné chování svého psa, spočívá další krok v tom, že najdete cílová chování, která váš pes může uskutečňovat a která mu přinesou prakticky stejný posilovač. Říká se jim také **náhradní chování**. Jinými slovy, jak může pes získat stejný posilovač s pomocí chování, se

kterým budete spokojeni? Co chcete vidět raději než jeho reaktivitu? Můžete například psovi poskytnout posilovač za rozhodnutí, že odvrátí hlavu od přicházejících cizích lidí, místo aby na ně štěkal. Posilovač, který použijete za odvrácení hlavy, by měl být stejný posilovač jako za štěkání, tj. prodloužení vzdálenosti od cizích lidí. Na tom vyděláte oba, protože pes získá to, co potřebuje, a vy také.

Případná další vhodná náhradní chování za reaktivitu jsou například: čenichání po zemi, zívnutí, sednutí nebo pohled na vás. U BAT 1.0 bychom posilovali náhradní chování tím, že bychom použili stejný funkční posilovač, který pes získal za svou reaktivitu. Když se například podívá jinam (náhradní chování), tak s ním

radostně odejdeme od cizího člověka, čímž se mezi ním a psem zvětší vzdálenost (funkční posilovač). Náhradní neboli alternativní chování můžeme posílit jakýmkoli následkem, o který bude pes ochotný usilovat, ale já nejradši používám funkční posilovač. Místo abyste psovi za alternativní chování dali pamlsk, můžete mu poskytnout funkční posilovač, který pes zatím docílí pomocí chování, které se teď snaží zredukovat. Díky tomu pes dosáhne svého cíle. Koncept funkčních posilovačů je jednou ze základních technik aplikované analýzy chování a dá se použít u nejrůznějších problémů s chováním. Bližší podrobnosti najdete v mé obecné knize o trénování, *The Official Ahimsa Dog Training Manual (Oficiální příručka pro trénování psů Ahimsa)* (viz Zdroje).

Ale u BAT 2.0 došlo k významné změně: my nemusíme poskytovat posilovač za žádoucí chování sami. Někdy je dokonce lepší, když posilovač nepřijde od nás. V BAT 2.0 stále používáme koncept funkčního hodnocení, který byl představen v původní verzi BAT, ale teď se funkční posilovač obvykle vyskytuje přirozeně. Posilovač, který se vyskytuje přirozeně, pochází z prostředí; nedává ho trenér jako následek chování. V BAT 2.0 většinou posilovač za způsobilé chování psa



*Jaká je funkce štěkání vašeho psa?
Čeho se snaží dosáhnout?*

nepochází od toho, že by ho psovod označoval nebo pobízel psa, aby se vzdálil. Posilovač je přímým následkem vlastního pohybu psa. Nebýt poskytovatelem veškerých informací a posilovačů může být pro většinu lidí zpočátku těžké. Připadá jim, že by měli psovi víc pomáhat, víc toho dělat. Ale to je vlastně rozptylující a není to tak užitečné, jak byste si mohli myslet. Lepší je uspořádat situaci tak, aby pes mohl být v pohodě a aby „správné“ chování prostě proběhlo.

V BAT 2.0 dáváme posilovač pouze v určitých situacích, kterými se budu podrobně zabývat v Kapitole 7, až budu mluvit o technice Označ a jdi. Dnes je BAT přístup „ze zákulisí“, který se soustředí na přirozeně se vyskytující posilování a **systematickou desenzibilizaci**. Víím, že to zní trochu odborně, ale ve skutečnosti je to velmi jednoduché. Jelikož psa necháme prozkoumat spouštěče z bezpečné vzdálenosti, má kompetenci k tomu, aby zvolil vhodné chování a viděl jeho přirozený výsledek. Díky tomu si postupně navykne na situace, které by normálně byly vyvolaly reaktivitu. BAT 2.0 umožňuje psovi rychlejší a důkladnější učení než BAT 1.0 nebo jiné techniky a člověk přitom může lépe pozorovat chování a udržovat stres na nízké úrovni.

Podívejme se teď, jak vypadá lekce BAT. Nezúčastněný pozorovatel by viděl jen psa, který se prochází a očichává keře a podobné věci a jeho člověk přitom dovedně používá dlouhé vodítko, které zajišťuje svobodu a bezpečnost. Pokud má pes například ve zvyku štěkat na cizí lidi, použijeme **pomocníka**, který bude hrát roli cizího člověka. (Používá se také pojem „volavka“ nebo „loutka“. Já když mluvím o člověku, používám výraz „pomocník“ nebo „lidský pomocník“; u jiných pomocníků doplním název druhu, například „psí pomocník“.) Pracujeme od pomocníka v takové vzdálenosti, kde si pes očichává prostor, projeví o pomocníka jistý zájem, ale pak přejde k další věci, která ho zajímá, čímž si sám poskytne funkční posilovač. Postupně se propracovává blíž a blíž, ale vy ho k cizímu člověku nevedete, ani byste naopak neměli potřebovat pokyn k tomu, aby se od něj vzdálil. V BAT 2.0 poskytnete psovi svobodu k učení a většinou jste přítomni jen proto, abyste ho mohli zachránit v nouzi, tak jako padák. Podobně jako v příkladu se štenětem je naším úkolem uspořádat prostředí tak, aby si pes mohl vytvářet nové návyky. Vždycky se snažte pracovat takovým způsobem, aby si pes mohl o cizím člověku získávat informace a budovat si sebedůvěru, ale abyste ho nemuseli zachraňovat.

Když psa necháte, aby si poradil, jak umí, tak použije chování, které mu dosud fungovalo, například štěkání. Mohli bychom počkat, až zaštěká, a pak jeho chování zkorigovat. Tak se také doposud trénovalo. Ale teď se už víc než půl století

behaviorální analytici zabývají posilováním a v dnešní době trénujeme mnohem promyšleněji. Dobrý lyžařský trenér nepostaví dítě hned na začátku na vrchol svahu a nebude ho trénovat korigováním chyb. Dobrý trenér žákovi připraví podmínky tak, aby byl co nejuspěšnější a aby se u něj díky posilování budovaly stabilní vzorce chování. Tím, že psovi připravíme podmínky pro úspěch, bude si moci opakovaně uspokojovat své potřeby chováním, které se nám líbí. Vyděláme na tom oba.



Pes se může uchýlit k agresivitě, když má omezenou možnost volby.

Jak zůstat pod prahem

Při BAT budete muset dočasně provádět mikromanagement prostředí psa. To znamená, že mu budete muset uspořádat život tak, aby se nedostával do situací, které by v něm vyvolávaly potřebu reagovat štěkáním, vrčením, výpady a podobně. Trenéři tomu říkají „zůstat pod prahem“ nebo „pracovat pod prahovou úrovní“.

„Práh“ je hraniční prvek, který se nachází ve dveřích – překračujete ho, když vstupujete do domu. Stejný výraz se používá pro horní mez nebo horní limit nějaké věci. Jelikož má práh různé významy a výklady, budu zde definovat, jak tenhle výraz používám já. Pokud nevedu něco jiného, tak pro mě práh znamená hranici mezi uvolněným a nepřičetným stavem. Když pracujete pod prahem, tak upoutáte

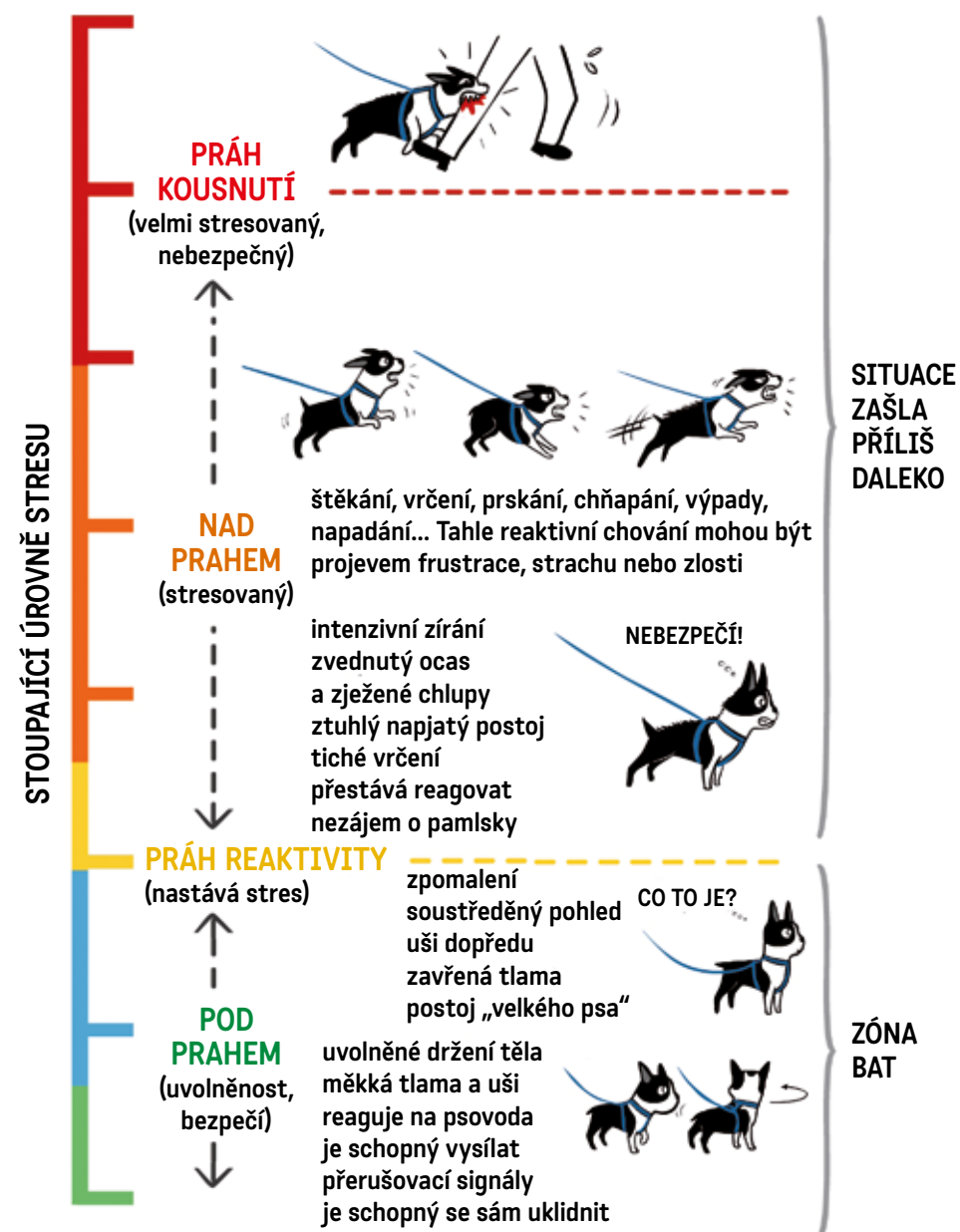
pozornost psa, kdykoli budete chtít: nemá totiž žádný nebo jen malý stres. I když se začne soustředit na spouštěč, což je známkou toho, že by se stres mohl zvýšit, nezajde to příliš daleko. Pes je v takovém případě schopen použít aktivní copingové neboli zvládací strategie, například nabídne nebezpečné **přerušovací signály** (odvrátí se, začne čenichat po zemi, pozdraví apod.) a zachová si nízkou míru vzrušení/rozrušení. Spouštěč (například blížící se cizí člověk) se u psa, který je pod prahem, ještě nedostal do popředí zájmu, což znamená, že teprve začal vynikat nad zbylým vnímaným prostředím. Když situaci zpackáte a necháte psa, aby se dostal nad práh, bude reagovat agresivitou, panikou, frustrovaným štěkáním, jiným projevem **reaktivity** nebo jejich kombinací.

Reaktivita: strachové, agresivní nebo frustrované reakce, které překračují míru toho, co lidé, kteří se vyznají v psím chování, považují za „normální“.

Na následující straně je vizuální analogie zobrazená v Grafu reaktivity. Pes se cítí bezpečně a jistě, když je v domě před prahem. Pokud práh překročí a vyjde ven, setká se s děsivým světem, který u něj vyvolá štěkání, nervózní přecházení, slintání, vrčení nebo jiný projev „nepříčetného“ chování – a tomuhle všemu obvykle chceme zabránit. Když zůstane před prahem, může sám zavřít imaginární dveře a znovu získat klid. Jakmile práh překročí, ovládne ho reaktivita. Bez monitoru srdce nebo jiného způsobu, jak určit stres, se můžeme spoléhat pouze na chování, které je viditelné pouhým (lidským) okem.

V BAT budete vytvářet situace, ve kterých bude pes ve své komfortní zóně, kde si může zachovat nízkou úroveň vzrušení, o které svědčí uvolněný postoj, měkké svaly (uši, tlama, obličej, tlapky atd.) a schopnost reagovat na psovoda a vysílat přerušovací signály. Chování, které naznačuje, že už je pes nad prahem, se u jednotlivých psů liší, protože každý je schopný zvládnout jinou míru vzrušení. To znamená, že bychom si měli všimnout i rozšířených zornic, upřeného zírání na jiného psa nebo člověka a mírně zrychleného dýchání, protože i tyto známky svědčí o tom, že už je pes na prahu nebo případně nad ním. Řečí těla, které bychom si měli všimnout, se budu podrobněji zabývat v Kapitole 4.

GRAF REAKTIVITY KDYŽ SE PES POTKÁ SE SPOUŠTĚČEM



Simulované situace

Většina z nás si vlastně přeje, aby byli naši psi v přítomnosti spouštěčů nudní. Momentálně je totiž pes se svým štěkáním a výpady až příliš zajímavý. Lidé se na něj upřeně dívají nebo na něj dokonce ukazují a o to nestojíme. V BAT používáme **simulované situace**, které představují pro vašeho psa „generálku“, při níž si může nacvičit, jak být v přítomnosti spouštěčů nudný.

Pozor, říkám nudný, ne znužený. To znamená, že je nezajímavý a nudný pro diváky, ale sám se nenudí. Tréninkový prostor musí být naopak tak zajímavý, aby psa bavilo se po něm pohybovat a dělat „normální“ psí věci. Výsledkem BAT bývá obvykle to, že výrazně poklesne intenzita reakcí na spouštěče. Kromě toho se strach často promění ve zvědavost a pes začne stát o interakci s tím, co pro něj dříve bylo spouštěčem. Už jsem pracovala se psy, kteří dřív na cizí lidi štěkali a dnes se jim tulí k rukám a vybízejí je, aby je hladili. BAT buduje sebedůvěru psa prostřednictvím pozitivních zkušeností a svobodné kontroly nad kontaktem se stresory. Když se pak v budoucnu náhodou stane, že se pes trénovaný s pomocí BAT vyděsí nebo vyleká, tak se pravděpodobně jen odvrátí. Jestliže původní problém s reaktivitou pocházel z frustrace, má teď pes větší sebekontrolu a dokáže se přibližovat pomaleji. Obě možnosti jsou mnohem lepší než štěkání.

Rozhodně *dělejte velké množství simulovaných situací*. Setkat se s jedním příkladem spouštěče je užitečné, ale teprve opakováním se v mozku psa vytváří nová nervová dráha. Pes si také díky opakování spolehlivěji osvojí chování, které se nám líbí, čímž se sníží pravděpodobnost, že by se mu vracely starší reakce.

V divadle herci zkoušejí texty tak, jak jsou napsané ve scénáři, i když se do něj ze začátku občas musí podívat nebo jim někdo musí napovídat. Abyste psovi poskytli šanci nazkoušet si chování, které se vám líbí – a udržovat si nízkou míru stresu –, nechte ho procvičovat ve velmi zředěné verzi situaci, která normálně spouští reaktivní chování. Všechny vaše simulované situace jsou generálkou na představení, které se později odehraje v reálném životě.

Podrobně se budu simulovanými situacemi zabývat v Kapitole 6, ale tady je aspoň stručný přehled. Většinou budete potřebovat pomocníky, kteří budou hrát roli spouštěčů. Pokud například víte, že když váš pes potká cizího muže ve vzdálenosti patnáct metrů, tak se na něj jen podívá a bez problémů jde dál, tak začněte simulovanou situaci, při které pes uvidí muže-pomocníka ve vzdálenosti dvacet nebo více metrů na místě, které by ještě navíc mělo být zajímavé. Nechte ho, ať si čenichá po zemi a sám se rozhodne, jestli se k pomocníkovi přiblíží. Možná vás to

láká jít směrem k pomocníkovi, protože víte, že pes by šel pravděpodobně s vámi. Ale nechte vedení na něm. Tím, že bude mít kontrolu nad přiblížením i ústupem, naučí se, že může kontrolovat bezpečnost své situace, aniž by se musel uchýlit ke kousání; BAT mu totiž dává kompetenci k tomu, aby se mohl bezpečně rozhodnout. Jelikož se naučí, že se může od daného muže bezpečně vzdálit, je konečným výsledkem obvykle sebejistá zvědavost a důvěra.

Kliktrénink/trénink s markery

Při práci nablízko a v nouzových situacích používáme techniku zvanou Označ a jdi, kterou podrobně proberu v Kapitole 7. Označ a jdi je v BAT technika, která používá marker neboli označovač, například kliknutí, jímž psa přesně informuje, které chování mu vysloužilo posilovač. Marker označí dané chování v čase. Je to ale dvojsečný meč, protože *odvrátí pozornost od spouštěče zpátky k vám*. Při práci s BAT se ale většinou snažíme maximalizovat učení, při kterém se držíme v pozadí. Tím, že dáme psovi příležitost, aby se na spouštěč podíval nebo se od něj odvrátil sám od sebe, pomáháme mu budovat sebedůvěru a samostatnost. Někdy ale pracujeme u spouštěče blíž a pes přece jenom potřebuje trochu zvýšit motivaci k odvrácení. V tom případě vstupuje do hry technika Označ a jdi.

Pokud už jste obeznámení s kliktréninkem, tak máte dobrý start. V BAT totiž najdete množství konceptů z kliktréninku, například právě techniku Označ a jdi. Při simulovaných situacích se ale budete muset krotit a skutečně dopřát větší kontrolu nad celým procesem samotnému psovi. Zákony učení totiž platí, i když pes neodměňujete vy sami. Snažte se psa jen pozorovat a sami se držte v pozadí, aby mohl přijímat vlastní rozhodnutí.

Pokud kliktrénink ještě neznáte, přečtěte si Dodatek 1, kde se dozvíte, jak trénovat chování tímhle účinným způsobem a jak ho využít v situacích, které by jinak vyvolaly reaktivitu v podobě vrčení, vyhýbavosti nebo nadměrně bouřlivého vítání. Kliktrénink je velmi užitečný i při BAT na procházkách.

BAT toho nabízí ještě mnohem víc, jak uvidíte v následujících kapitolách. V téhle knize uvidíte nejrůznější příklady toho, jak funguje hlavně při štěkání, výpadech a jiných přehnaných reakcích. V BAT jde převážně o přípravu bezpečných scénářů, ve kterých si pes může zjišťovat a sbírat informace o spouštěčích. Když pes zažívá spouštěče z nové perspektivy, může mu to pomoci budovat sebedůvěru a změnit jeho obvyklý způsob interakce s prostředím.

KAPITOLA 2

BAT pes se vrací: co jsem se naučila od Peanuta

Kdysi před BAT, když jsem šla na procházku s Peanutem a cestou jsme potkali klienty, kteří mě chtěli pozdravit, tak jsem jejich „ahoj“ přes štěkání svého psa vůbec neslyšela. Určitě si dovedete představit, jak to pro mě jako profesionální trenérku psů bylo trapné! Peanut by byl určitě neměl ty sociální dovednosti, které má dnes, bez tréninku pro úpravu chování. Peanut byl mojí múzou a pokusným králíkem v obou verzích BAT. Bez něj by byl BAT možná vůbec nevznikl. Tady je Peanutův příběh.

Peanut: Dvanáctiletý kastrováný kříženec pasteveckého psa

Jeho problém: Štěkání na lidi ze strachu

Peanut měl krušné začátky. Když mu bylo osm týdnů, ocitl se těsně po Vánocích spolu s pěti sourozenci z vrhu a matkou v útulku. Zaměstnanci útulku oddělili matku od štěňat a usoudili, že je příliš agresivní na to, aby se pro ni našel nový domov. Byla uspána. Štěňata zaměstnanci vykastrovali, naočkovali a v deseti týdnech je prohlásili za způsobilá k adopci.

Naneštěstí pro Peanuta se obranný systém štěněte nejlépe učí rozpoznávat hrozby právě ve věku od osmi do deseti týdnů, takže on i jeho sourozenci prožívali veškerý stres spojený s přemístěním do útulku právě uprostřed citlivého vývojového období. Tím by se dalo vysvětlit, proč jeho základní reakce na cokoli,

co ho vylekalo, vždycky byla: nejdřív vyskoč a pak se teprve ptej.

Nedávno mi nedopatřením upadla na podlahu v kuchyni bota a Peanut, který je už dnes psí senior, vystřelil z místnosti, jako by měl na zádech přivázanou raketu.

Ale dobrá zpráva je, že dnes už se z leknutí rychleji vzpamatuje. Moje dlouholetá práce s ním přinesla fyzickou změnu reakcí jeho obranného systému a zkrátila čas, který potřebuje na to, aby se uklidnil. Před BAT by byl Peanut vyděšený ještě dlouhé hodiny a navíc by se možná začal úplně vyhýbat kuchyni. Teď se naopak hned otočil a vrátil se za mnou do kuchyně, aby přijal masáž na omluvu. Kdybych boty pouštěla na zem častěji, mohla jsem mu pomoci k tomu, aby je nepovažoval za hrozbu. Používala bych totiž techniky desenzibilizace vůči zvukům z kapitoly o štěňatech (Kapitola 13) a Peanut by si na tenhle spouštěč zvykl.

Během oněch dvou kritických týdnů vývoje nervové soustavy Peanut pravděpodobně zažíval svět jako místo plné hrozeb – byl odebrán od matky, převezen do útulku, kastrován a obklopen feromony vyděšených psů právě v době, kdy se jeho mozek velmi vnímavě učil, které podněty z prostředí by měly aktivovat jeho obranný systém. Celý Peanutův vrh pravděpodobně získal trojnásobnou dávku citlivosti vůči nebezpečí: genetickou (zděděné předpoklady od matky); chemickou (stres v děloze matky); a navíc z prostředí (stres z přemístění do útulku a z pobytu v něm v citlivém období a nedostatečná raná socializace).

Ale v deseti týdnech byl Peanut roztomilá chlupatá kulička a já jsem mu nedokázala odolat. Pracovala jsem v jeho útulku jako dobrovolnice a právě jsem sháněla nového psa. Když jsem viděla jeho vrh, hned jsem se zamilovala. Peanuta jsem si vybrala proto, že to nebylo ani nejvštrícnější, ani nejbáznější štěně z vrhu, a příliš jsem neuvážovala nad tím, že celý vrh je pravděpodobně traumatizovaný.

Chodila jsem s Peanutem do dvou šestitýdenních kurzů školky pro štěňata a dvou šestitýdenních kurzů školky pro dospívající psy; chtěla jsem ho zbavit



Peanut na podzim 2009

strachu pomocí socializace. Uplatňovala jsem především systematickou desenzibilizaci a klasické **protipodmiňování** a používala jsem přitom techniku otevřeného baru/zavřeného baru. Udržovala jsem jeho stres na nízké úrovni a pokaždé, když spatřil člověka, psa nebo něco jiného, co ho mohlo vyděsit, tak jsem mu hned začala dávat chutné pamlsky nebo si s ním hrát s hračkou. Když děsivá věc zmizela, zábava skončila. Taky jsem ho přitom naučila solidní automatický návrat ke mně. To znamená, že se naučil, že se na mě má při každém setkání s některým ze svých mnoha spouštěčů automaticky podívat a dostane pamlsků. Pokud tyhle užitečné techniky neznáte, můžete se o nich dočíst v knihách od Patricie McConellové *Feisty Fido (Kurážný Fido)*, Leslie McDevittové *Control Unleashed (Poslušnost i bez vodítka, česky vyšlo v nakladatelství Plot)*, Nicole Wildeové *Help for Your Fearful Dog (Pomoc pro vašeho bázlivého psa)*, a Ali Brownové *Focus Not Fear (Soustředění místo strachu)* (viz Zdroje). Informace o základním i pokročilém/aktivním protipodmiňování najdete i na internetové stránce GrishaStewart.com a něco se o něm dozvíte i v Kapitole 14 téhle knihy.

V Peanutově kurzu pro štěňata došlo k několika nepříjemným incidentům. Jedno štěně šikanovalo Peanuta chováním, které bylo v socializačním kurzu pro štěňata nevhodné. Ustavičně se vrhalo na ostatní psy, převalovalo je na zem a zuřivě na ně vrčelo, dokud ho instruktor neodtáhl. Stalo se to jen několikrát, Peanut byl na zemi a to druhé štěně ho tlamou drželo za krk, ale stačilo to k tomu, aby si zapamatoval, že jiní psi znamenají nebezpečí.

Peanut si v kurzu pro štěňata nikdy nehrál a navíc štěkal na přítomné děti. Ještě teď mám v hlavě jasný obrázek tříměsíčního Peanuta, jak přes náhubek štěká na dítě, které mu ze židle hodilo tenisák. Mrzí mě, že mi včas nedošlo, že tahle školka pro štěňata pro něj není vhodná. Při tréninku různých cviků tam sice vynikal, tak ze socializačního hlediska mu nic nepřinesla. Kdybych byla už tenkrát znala BAT, tak mohlo být všechno jinak, ale návštěvy psí školky se nám vymstily. Bylo to na něj moc a interakce s jinými psy a lidmi pro něj neznamenal pozitivní zkušenost.

A jako by to nestačilo, tak se ve čtyřech měsících v psím parku dostal do potyčky se dvěma psy najednou a prohrál. Kdybych mohla vrátit čas zpátky, byla bych ve školce pro štěňata opatrnější (věnovala bych víc času socializaci a poskytla bych mu víc prostoru). Taky bych byla vůbec nechodila do psího parku, především do takového parku, kde lidé jen postávají a pijí kávu a nechávají psy, aby si „hráli“. Taky bych se byla spřátelila se spolužáky ze školky pro štěňata a s rodiči, kteří měli malé děti, abych mu mohla zajistit klidnější zážitky mimo rušné prostředí školky.

Kvůli genetickým předpokladům, o kterých už jsem se zmínila, a raných chybách v pozitivní socializaci, které aktivovaly jeho amygdalu, si Peanut vypěstoval hned několik fobií najednou. Báł se lidí (jakéhokoli věku a velikosti), předmětů na kolech, psů, míčů na basket a celé řady dalších věcí. Jednou k nám přistoupil muž, který měl na zádech přivázané lyže. Peanut mi vyškubl vodítko z rukou a dal se na útěk, jako by měl v patách samotného ďábla. Kromě toho byl velmi citlivý na hlasité zvuky a rychlé pohyby.

Když jsem na procházkách používala klasické protipodmiňování, tak se mi nakonec dařilo ho provést kolem mnoha věcí, které ho děsily, například kolem kol, házecích talířů a míčů. Byl schopný soutěžit a vyhrávat na závodech agility. Na parkuru nikdy neštěkal a v jeho blízkosti jen málo. Mohli jsme spolu chodit po rušných turistických cestách nebo po ulicích ve městě, pokud jsem mu dávala tréninkové pokyny, pamlsky, hračky nebo jsem mu aspoň věnovala pozornost, kdykoli spatřil cizí lidi a psy. Ovšem ještě po pěti letech důsledného klasického protipodmiňování na procházkách byla Peanutova prahová vzdálenost bez mého mikromanagementu asi 24 metrů u dospělých a víc než 30 metrů u dětí. Jakmile jsme se dostali jen trochu blíž a já jsem si ho pečlivě nehlídala, tak nastal problém. V těch výjimečných případech, kdy jsem nedávala dostatečně pozor a zapoměla na mikromanagement, tak okamžitě zvedl ocas, naježil srst a začal štěkat jako na poplach. Haf, haf, haf, ústup, haf, haf, haf, ústup.

Vypadalo to, že si nepamatuje lidi, se kterými už se někdy setkal, a nikdo kromě členů naší rodiny si ho nemohl pohladit. Za to, že se přiblíží k cizímu člověku, jsme ho zasypávali pamlsky, ale Peanutův Seznam důvěryhodných lidí obsahoval pořád jen těch sedm lidí, s nimiž přišel do styku jako štěně. Myslím, že to bylo proto, že ho lidé nijak zvlášť nezajímali; jen si uvědomoval, že jejich přítomnost je pro něj signálem, aby se na mě obrátil, protože ode mě něco dostane. Jak jsem říkala, měl skvělý automatický návrat ke mně.

BATování s Peanudem

Problémy, které jsem měla, když jsem chtěla zkrátit Peanutovi prahovou vzdálenost pro setkávání s dospělými i s dětmi, mě přivedly k zamyšlení nad tím, jestli bych nemohla najít nějaký způsob, který by mi přinesl lepší výsledky než ty, kterých jsem dosahovala s ostatními technikami. A právě tehdy se zrodil BAT. Když bylo Peanutovi osm let, začala jsem s ním dělat první lekce, při kterých jsem používala jako pomocníky dospělé osoby. Snažili jsme se pracovat v tak velké

vzdálenosti, aby Peanut neměl špatnou reakci, a přitom mu pomáhali lidští a psi pomocníci, které jsem mohla kontrolovat.

Tip pro profesionály: Psi i lidští pomocníci jsou pro BAT velmi důležití. Bezpečně hrají roli spouštěčů, které by jinak u psiho žáka vyvolaly nadměrnou reaktivitu. Jelikož jejich jednání koordinujete vy, může si pes v klidu nacvičit uvolněnost.

Podobně jako většina psů, kteří štěkají ze strachu, se Peanut cítil bezpečněji, když od něj lidé byli dál. Měl totiž naučené, že jeho štěkání funguje, protože mu přináší žádoucí výsledek: buď se od něj lidé vzdálí, nebo ho od nich odvedu. V BAT 1.0 jsem jako odměnu používala zvětšení vzdálenosti, abych ho naučila náhradní chování, například odvrácení pohledu od blížících se lidí, otřepání (jako kdyby byl mokry), čenichání po zemi a jiné činnosti. Vypadalo to takhle: pomocníci hráli v mých simulovaných situacích „děsivé lidi“, kteří se potloukají v okolí, a my jsme se k nim s Peanudem přibližovali jen na okraj jeho komfortní zóny, aby byla velká naděje, že nebude štekat. Pokud od nich místo štěkání odvrátil pohled nebo začal čenichat po zemi nebo splnil nějaký můj pokyn (třeba „sedni“), řekla jsem „ano“ (můj marker) a odvedla jsem ho od těch lidí pryč (funkční posilovač). Tohle jsme procvičovali znovu a znovu na různých místech.

Když jsem Peanuta náhodou dovedla příliš blízko a on začal štekat, pomohla jsem mu k uklidnění tím, že jsem ho odvolala nebo použila nějaký drobnější signál, například mlasknutí nebo dokonce jen přenesení váhy z nohy na nohu. Z téhle nové pozice, vzdálenější od spouštěče, jsem mu dala další šanci na to, aby nabídl náhradní chování, a pak jsem ho za odměnu zase odvedla pryč. Během Peanutových simulovaných situací jsem nepoužívala pamlsky, aby věnoval pomocníkům větší pozornost, než jakou jim věnoval dřív, když jsme používali protipodmiňování a kliktrénink. Kdykoli můžete, doporučuji vám dělat BAT bez pamlsků a hraček, obzvlášť při samotných simulovaných situacích. Práce bez těchto prvků, které odvádějí pozornost, umožnila Peanutovi, aby se víc soustředil na danou sociální situaci a shromáždil víc informací o lidských nebo psích pomocnících.

Brzy jsem zjistila, že když se Peanut setkává s lidmi tímhle způsobem, tak nemá žádné problémy s pamětí. Stačilo, aby si moji pomocníci jen párkrát zahráli v simulované situaci, a už se dostali na Peanutův Seznam důvěryhodných lidí. Po dvaceti simulovaných situacích s deseti různými lidmi dospěl Peanut tak daleko,

že to vypadalo, že dokonce chce, aby ho cizí lidé na procházkách hladili! Když si ho ne všímali, přistoupil k nim a opřel se jim o nohu. Chvilí se nechal hladit, a když mu to stačilo, tak se vzdálil. Dělal takové pokroky, že jsem s ním mohla začít chodit jako s terapeutickým psem do jednoho domu s pečovatelskou službou. V té době mu ještě pořád dělaly problémy děti, ale v blízkosti pečovatelského domu, který jsme navštěvovali, jich našťestí moc nebylo. Smála jsem se od ucha k uchu, když mi obyvatelé domu říkali, že Peanut je přímo dokonalý pes! Jako terapeutický pes byl báječný – projevoval o ně zájem, vítal jejich pozornost, ale choval se způsobně a nebyl dotěrný. Oproti době před BAT byl vidět obrovský pozitivní rozdíl v kvalitě života: u něj, u mě a dokonce i u obyvatel domu s pečovatelskou službou.

Po úspěchu s dospělými jsem od oficiální práce na Peanutových problémech nechala uplynout asi rok a půl a pak jsem ho začala trénovat, aby překonal svůj strach z dětí. Při jednoduchém přístupu/ústupu z BAT 1.0 u dětí, které jsme náhodně potkávali na procházkách, jsem zjistila, že Peanutova komfortní nárazníková vzdálenost (prahová vzdálenost) v blízkosti dětí už je menší, takže nyní snesl v rušné oblasti jejich přítomnost i na šest metrů. Pokud ale bylo dítě jedinou osobou, se kterou jsme se v daném prostoru setkali, potřeboval ještě pořád svých třicet metrů, pokud jsem aktivně neodváděla jeho pozornost. Pokud máte moje starší DVD, tak jste si určitě všimli, v jak velké vzdálenosti jsem začínala první Peanutovu lekci s dětmi.

Nebyla jsem si jistá, nakolik bude Peanut schopen zobecnit svůj předchozí trénink s dospělými na spouštěč v podobě dětí. Psi dovedou velice dobře rozlišovat – tedy uvědomit si, že spouštěč X a spouštěč Y se liší. V téhle situaci je **zobecnění** procesem, kdy se žák naučí, že X a Y jsou si natolik podobné, že může v obou situacích použít stejné chování. Peanut v té době děti nezařazoval do stejné kategorie jako dospělé, protože na děti štěkal a snažil se od nich vzdálit, zatímco od dospělých vyžadoval pozornost. Znamenalo to, že bude potřebovat dalších dvacet simulovaných situací, aby si uvědomil, že to, co se naučil dřív, platí i na děti? Ne, tak dlouhou dobu nepotřeboval. Dětem se naučil důvěřovat za ani ne poloviční počet simulovaných situací, než jaký jsme potřebovali u dospělých.

Moje vědecké já musí poznamenat, že z tohoto dobrého výsledku ovšem nemohu vyvozovat moc závěrů, a to z mnoha důvodů. Jednak Peanut mezi obdobími, kdy jsme pracovali s dospělými, a obdobími, kdy jsme začali dělat oficiální simulované situace s dětmi, absolvoval určitý trénink pro úpravu chování díky setkávání s dětmi na procházkách. Zadruhé neměl tolik opakování, kolik by byl

měl při inscenovaných simulovaných situacích. Kromě toho jsem v době přibližně jednoho roku mezi Peanutovou prací s dospělými a jeho prací s dětmi techniky BAT dál upravovala. Ale z neoficiálního pohledu byly jeho pokroky skvělé!

Osm simulovaných situací, které jsme uspořádali s dětmi, bylo rozloženo do pěti měsíců a celkem se jich účastnilo devět různých dětí (v některých lekcích byly dvě děti najednou). První simulovaná situace s dítětem začala ve vzdálenosti třiceti metrů, a když končila, tak si Peanut očichával holčičku sedící na klíně mamince, která Peanuta hladila. Během první lekce se mě zmocnila chtivost a já jsem ho několikrát dovedla k pomocníkům příliš blízko, ale pokaždé se mi podařilo jeho štěkání přerušit a on se brzy vzpamatoval. Myslím, že bychom byli dělali rychlejší pokroky, kdybych u něj byla postupovala tak opatrně, jako to dělám u klientů. Už jsem viděla několik trenérů při práci s vlastními psy a myslím, že každý se musí krotit, aby postupoval skutečně pomalu a opatrně. Naštěstí jsem si lekci natáčela, takže jsem si hned všimla některých svých chyb a při příští lekci už jsem je napravila.

Na začátku druhé simulované situace, která se odehrála o měsíc později s jiným dítětem, dokázal Peanut začít pouhých šest metrů od holčičky, když seděla, a patnáct metrů od ní, když chodila. Na konci lekce už si holčička, sedící vedle maminky, Peanuta hladila. Třetí simulovaná situace proběhla se dvěma dětmi, které jedly ve venkovní restauraci, takže celou dobu seděly. Peanut udělal rychlý pokrok a na konci lekce už stál vedle nich a ony se s ním dělily o jídlo. Jídlo vlastně součástí jeho tréninku BAT ani nebylo, ale vždycky je užitečné skončit v příjemném duchu, ať tak či onak. Čtvrtá simulovaná situace začala šest metrů od stojícího dítěte a na jejím konci dítě s Peanutem chodili společně po prostoru. Při páté simulované situaci jsme přidali více pohybu a taky jsme pracovali blíž od domova.

Poslední tři simulované situace (číslo šest až osm) byly neformální, spíš něco jako společenská schůzka než formální trénink s přístupem/ústupem, který jsme používali v předchozích lekcích. Peanutovi a dětem byla umožněna přirozená interakce a já jsem zase sledovala, která chování bych mohla odměnit. Při šesté a sedmé simulované situaci s dětmi byl Peanut bez vodítka v bezpečném oploceném venkovním prostoru, po kterém chodil se dvěma chlapci (jeden byl nový, druhého už znal z dřívějšíka). Byl svědkem reálnějšího chování chlapců – chvílemi pobíhali, párkrát se rozplakali a hodně se smáli. Během osmé simulované situace už byl Peanut schopný pohybovat se bez vodítka a navázat klidnou interakci se dvěma holčičkami u nich doma, vůbec nepotřeboval pamlsky ani mikromanagement a ani jednou nevyšťekl. Z dřívějšíka znal jen jednu z holčiček, se kterou už jednou dělal BAT 1.0.

Tip pro profesionály: Na rozdíl od většiny psů, u kterých používám BAT, Peanut v minulosti nikoho nepokousal ani po něm nechňapl a má skvělý systém varovných signálů, takže jsem se rozhodla, že u něj nebudu používat náhubek. Pokud pes, se kterým pracujete, už někoho kousl nebo si u něj nejste jistí, co by se mohlo stát, navykněte ho nejdřív na nošení náhubku a při lekcích ho používejte. Další tipy k bezpečnosti najdete v Kapitole 3.

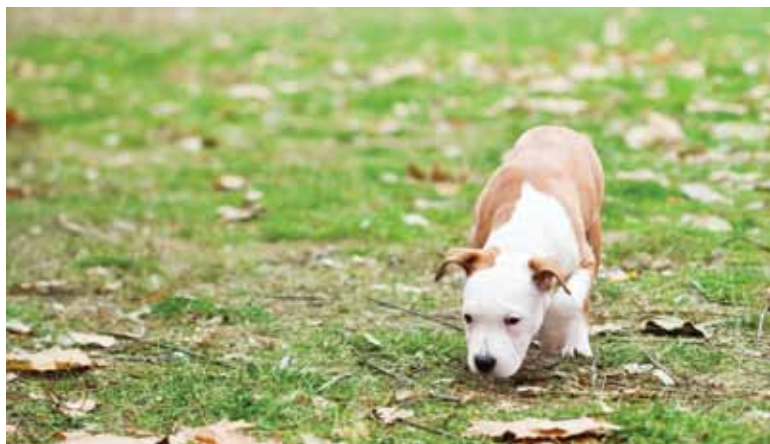
Při poslední simulované situaci s dětmi, o které jsem se zmínila, došel Peanut až k holčičkám a naklonil se k nim, aby ho pohladily, ale když se k němu holčičky přiblížily samy od sebe, dával chvílemi najevo neklid. Dobrá zpráva je, že na ně ani v tom případě nezaštěkal, jako by to byl udělal dřív, ale jen se přemístil do bezpečnější pozice. Holčičky na něj mohly dotírat dál, ale neudělaly to, protože jsem všechno sledovala a poprosila jsem je, aby za Peanutem nechodily.

Peanut se dopracoval od štěkání na děti ze třiceti metrů až k interakci. Byla jsem nadšená (a jsem nadšená pořád). I dnes občas musím pomáhat dětem, se kterými se setká, aby posílily jeho snahu o zajištění bezpečnosti. To znamená, že když si všimnu, že se Peanut snaží od dětí vzdálit, tak respektuji jeho potřebu vzdálenosti a požádám děti, aby se od něj odvrátily. Nutnost mých zákroků se postupem času čím dál víc snižovala, ale myslím, že součástí odpovědné péče je u každého psa to, že se ho zastaneme, když si lidé nevšimnou, že potřebuje prostor.

Před několika lety jsem se přestěhovala na Aljašku a pak se delší dobu s dětmi neseťkal. Jak jsem očekávala, museli jsme udělat pár dalších simulovaných situací, aby si na děti zase zvykl, ale ty přinesly dobré výsledky.

BAT se vyvíjí

Jak už jsem se zmínila, BAT se pořád vyvíjí. Každý rok si беру vědeckou dovolenou a udělám si pauzu od lekcí s klienty, abych se mohla důkladně zabývat některými aspekty své práce. Koncem roku 2013 jsem se zaměřila na BAT a na to, jak ho učím. V té době už jsem začínala pracovat na jedné změně oproti první verzi téhle knihy, a to ještě před vědeckou dovolenou: začala jsem zavádět specifické dovednosti pro manipulaci s dlouhým vodítkem. Dovednosti s vodítkem vám pomohou zajistit bezpečnost a přitom poskytnout psovi pocit svobody. Postupně jsem je propracovala a představím je v Kapitole 5.



V BAT 2.0 dáváme psovi maximální šanci na to, aby sám vše zkoumal a učil se.

Dovednosti s vodítkem mají snížit na minimum stres a zvýšit účinnost daného protokolu. V BAT jsou i další změny zaměřené na stejné cíle. Když jsem několik let učila trenéry a rodiny, jak používat BAT, uvědomila jsem si, že je pořád těžké přesvědčit lidi, aby nepouštěli psa příliš blízko ke spouštěči. Dokonce i profesionální trenéři, kteří absolvovali kurz BAT, pořád uváděli psy do stresujících situací. Jako učitelka vím, že když moji žáci dělají podobné chyby, tak musím buď změnit to, co učím, nebo způsob, jak to učím. Proto jsem se vrhla na vědecké časopisy a znovu jsem si pečlivě prohlížela svá videa z BAT. Chodila jsem s Peanutem ven a dívala jsem se na jeho chování jiným pohledem. Kromě několika málo simulovaných situací jsem už řadu let neřešila jeho problémy se psy, takže pro mě teď práce se spouštěči v podobě psů znamenala příležitost, jak proces BAT dál propracovat.

Během tohoto období intenzivního přemýšlení a zkoumání jsem dospěla k názoru, že psům by prospěla větší míra kontroly nad celým procesem. Uvědomila jsem si, že *BAT vlastně vytváří psy, kteří lépe chápou, jak funguje svět, a díky tomu se cítí bezpečněji*. Proto jsem mohla začít upravovat postupy pro simulované situace BAT 1.0. V BAT 1.0 jsme se snažili, aby se pes opakovaně vracel ke spouštěči. Nepřemlouvali jsme ho ani jsme ho nenutili, jen jsme šli. Když nešel za námi, tak jsme nenaléhali. Ale přesto jsme pořád uplatňovali větší vliv, než se mi líbilo: pes obvykle následoval psovoda. Sám od sebe by to asi byl neudělal a zvyšovalo se tím riziko, že se dostane nad práh. V BAT 2.0 teď jen následujeme psa po celém prostoru, s výjimkou pohybu okolo spouštěče. Tak psovi poskytujeme mnohem

víc možností a nenutíme ho, aby následoval psovoda směrem k nebezpečí. Jedinou výjimkou z prostého následování psa je případ, kdy psa zastavíme, jestliže zamíří ke spouštěči a projevuje přitom známky vzrušení. Jinak se držíme stranou.

Zjistila jsem, že když jsem pracovala ve správné vzdálenosti, tak jsem nepotřebovala ani marker. Používání markeru je vlastně na překážku vstřebávání informací o dané situaci. Jednou ze silných stránek BAT 1.0 je to, že pes má nakonec šanci dozvědět se něco o spouštěči bez rozptylování ze strany člověka. BAT 2.0 jde ještě o krok dál, protože psího žáka nechává, aby si prozkoumal celý prostor včetně spouštěče z bezpečné vzdálenosti. Díky tomu jsem také mohla zjednodušit instrukce. Už tu nejsou žádné fáze, jen dva hlavní principy – jít za psem a používat dovednosti s vodítkem nebo techniku Označ a jdi, pokud se příliš zkrátí vzdálenost. Bližší instrukce k tomuto cennému nástroji uvedu později, hlavně v Kapitole 7.

Peanut je pořád mojí múzou. Když jsem vytvářela BAT 2.0, bylo mu jedenáct a ještě pořád měl jeden spouštěč, na kterém jsme mohli experimentovat: psy. Místo přístupu/ústupu z první verze BAT jsem začala chodit za Peanutem tak, jak jsem to popsala výše. Díky tomu, že jsem ho nechala „hlasovat tlapkou“, získala jsem jasnější představu o tom, jak se cítí: zjistila jsem, že chce být od jiných psů mnohem dál, než jsem si původně myslela. Po celý život, když dělal agility, obediencence nebo jiné chování, kde se používaly pokyny, tak sice v blízkosti psů dokázal pracovat, ale ve skutečnosti byl radši, když měl více prostoru. Při experimentování s jinými psy jsem zjistila, že i psům, kteří přiběhnou s úmyslem zaútočit nebo si hrát, prospěje, když mají možnost dát jasně najevo svou prahovou vzdálenost.

To bylo před dvěma lety; dnes už trenéři i majitelé psů po celém světě používají BAT 2.0. Dozvídám se od nich, že se jim líbí víc, protože i když potřebujete začít ve větší vzdálenosti, je to rychlejší, snáze se to vysvětluje a práce je uvolněnější než v BAT 1.0. Když jsem se seznámila se svým novým štěnětem Beanem,



Peanut šťastný a svobodný v lese

kterému tehdy bylo pět měsíců, tak štěkal a chňapal, když jsme k němu přivedli Fionu, testovacího psa. BAT 2.0 mu zásadním způsobem pomohl snížit reaktivitu vůči psům a socializovat ho na lidi.

Když pracuji s klienty, jsou nadšení, když se jim daří napravovat problémy svých psů. Věřím, že tomu tak bude i u vás. Chci vám poskytnout o BAT ty informace, které potřebujete, ale kvalifikovaní trenéři jsou tak trochu jako poúrazoví chirurgové – nejdřív musíte pacienta zachránit a pak můžete propracovávat detaily řešení. Chtěla bych, aby se z vás stali kvalifikovaní trenéři a abyste dokázali s úspěchem pomáhat svému psovi. Proto následující kapitola obsahuje tipy, jak zajistit, aby byla situace psa co nejbezpečnější, ještě než se pustíte do veškerých detailů BAT.

Tip pro profesionály: Pokud jste profesionální trenér, který je obeznámený s reaktivitou, tak pravděpodobně svým klientům nejrůznější managementová řešení z příští kapitoly doporučujete už teď, ale přesto stojí za to si ji přečíst.



Peanut po BAT při agility s „lidskými překážkami“.

KAPITOLA 3

Provizorní řešení: základy bezpečnosti a managementu

Management je v dnešní době mezi trenéry módní výraz. Znamená, že změníte prostředí psa tak, aby pokud možno nemohl uskutečňovat to chování, které se snažíte vymýtit. Trénink pro úpravu chování (BAT) a management jdou ruku v ruce; když používáte BAT, abyste napravili reaktivitu, tak budete současně muset zajistit management, abyste psa nedostávali do problémových situací. Management je zásadní k tomu, abyste psa udrželi pod prahem ve vztahu ke spouštěčům z prostředí – život vašeho psa by měl tedy být uspořádaný tak, aby byl stále klidný, uvolněný a aby byl v bezpečí. Behaviorista B. F. Skinner to pojmenoval „environmentální inženýrství“ (viz Dodatek 2) a v „Humánní hierarchii“ Susan Friedmanové se to nazývá *úprava předcházejících okolností* (viz Dodatek 3). V téhle kapitole budu mluvit o strategiích managementu, které jsou obzvlášť užitečné při reaktivitě.

Managementová řešení mohou vytvořit bezpečnou situaci ihned, protože nevyžadují žádný aktivní trénink psa. Psovi mohou připravit podmínky pro úspěch už drobné změny v prostředí. Obvykle to znamená, že namontujete nějaké zařízení nebo změníte způsob, jakým psa konfrontujete s prostředím. Příkladem managementu je to, že zavřete dveře domu nebo branku do dvora. Jednoduchým prostředkem, který psovi zabráni v tom, aby utekl z vašeho pozemku bez jakéhokoliv tréninku, je plot. K dalším managementovým technikám patří namontování

mřížových vrátek do dveří nebo to, že psovi dáte před příchodem návštěvy Kong naplněný pamlsky, nebo to, že s ním chodíte ven na vodítku. Předpisy o venčení psů na vodítku dnes platí ve většině měst, takže pes bude v praxi pravděpodobně vždycky zažívat nějaký management.

Pokud váš pes často štěká, dělá výpady, vrčí nebo se hrbí strachy, přečtete si tuhle kapitolu velmi pečlivě. *Vytvořit bezpečné prostředí je totiž pro úspěšnou nápravu reaktivity nezbytné.* Managementová řešení jako mřížová vrátka ve dveřích a zamykání dveří mohou na první pohled vypadat jako příliš velké omezování, ale jsou to řešení okamžitá, účinná a navíc nemusí zůstat natrvalo. Mým cílem u většiny managementových strategií je: uskutečnit je ihned, aby nevznikaly problémy, a pak začít měnit reakci psa na spouštěče za pomoci BAT a jiných technik, tak abych mohla management postupně zmírňovat nebo ho nakonec úplně odstranit.

Pokud vašemu psovi pomůže BAT, tak proč se vlastně máte seznamovat s managementem? Protože váš pes se potřebuje co nejčastěji cítit bezpečně, aby se mu dařilo. Tady je jedna analogie: v oblíbeném televizním seriálu na HBO „Sopranovi“ chodí mafián Tony Soprano opakovaně k terapeutovi, aby mu pomohl zbavit se záchvatů paniky. Mezitím se ho nepřátelské gangy snaží zabít, on škrtí své rivaly, jeho manželství se hroutí, jeho děti mají trable a on má problémy s milenkou. I kdyby byl ten terapeut génius, tak by se Tony uzdravoval jen pomalu, pokud by se vůbec uzdravil, protože si je pořád plně vědom toho, že v jeho světě je víc nebezpečí, než je schopný zvládnout, a on není doopravdy ochotný změnit své prostředí. Tohle je bohužel podobná situace, do jaké lidé ustavičně dostávají své psy. *Chceme od svých psů, aby změnili chování, a přitom nezměníme své chování ani jejich prostředí.* Chceme, aby se cítili bezpečně, když po ulici pobíhají psi bez vodítka, do výtahů skáčou děti a kolem se prohánějí rámusivé motorčky. Pes to vidí tak, že se ho snaží polapit mafie a nebezpečí se na něj valí ze všech stran.

Abyste vám fungoval jakýkoli tréninkový plán založený na posilování, tak nejdřív musíte utlmit stimulaci z prostředí, která psovi připravuje podmínky pro neúspěch, například konfrontaci s hlučnými zvuky nebo okna s výhledem ven. Stejně jako byste asi oplotili bazén, aby vám do něj nespadlo batole, můžete s pomocí fyzických bariér chránit i psa před situacemi, na jejichž zvládnání ještě není natrénovaný. Pokud budete správně používat BAT i management, dostane váš pes hodně šancí k úspěchu a jen minimum šancí k tomu, aby panikařil nebo si nacvičoval nežádoucí chování.



Pokud váš pes vidí na spouštěče z okna, je neustále hodně rozrušený, takže máte oba připravené podmínky pro neúspěch.

Proč je tak důležité připravit psovi podmínky pro úspěch? To proto, že následky mění chování, ať je používáte záměrně nebo ne. Pokud je reaktivita vašeho psa tak velká, že čtete tuhle knihu, tak je pravděpodobné, že váš pes zjistil, že je tohle chování účinné. I u základních problémů, jako je vyskakování na lidi nebo tahání na vodítku, je důležité postarat se o to, aby pes nezískával odměnu za nežádoucí chování, ale *při reaktivitě je to ještě důležitější; musíme mu připravit podmínky pro úspěch a zabránit neúspěchům, protože reaktivita je podněcována emocemi a může mít nebezpečné následky.*

V téhle kapitole proberu některé managementové kroky, které vašemu psovi zvýší bezpečnost a sníží jeho celkovou úroveň stresu. Patří k nim:

- Zredukování vizuální stimulace
- Prevence blízkých setkání
- Zamezení problémů na procházkách
- Odvádění pozornosti
- Používání náhubků a jiných prostředků pro zajištění bezpečnosti

Sejde z očí (a z uší), sejde z mysli – zredukování vizuální stimulace

Začneme doma: tam můžete velmi jednoduše zredukovat vizuální spouštěče psa tím, že odstraníte veškerá vyhlídková stanoviště, ze kterých může pes sledovat kolemjdoucí psy nebo lidi. Psi, kteří mají vyhlídková stanoviště, si mohou úspěšně procvičovat štěkání po celý den a téhle devítihodinové směně, kterou pes stráví hlídáním domu, pak vaše tréninková lekce rozhodně nemůže konkurovat. Pes potřebuje zábavu, ale celodenní ostraha domova, to není zábava, to je stres. Chronicky zvýšená hladina kortizolu může dokonce vyvolat problémy se zdravím, které mohou nakonec psovi zkrátit život.

Podívejme se na tréninkový aspekt z pohledu psa. Váš pes zaštěká, kolemjdoucí kluk nebo pes zmizí z dohledu a pes si říká, že jeho chování účinně ochránilo dům – ale pak se totéž odehrává znovu a znovu! S každým uplynulým dnem si pes štěkání víc a víc upevňuje.

Tip pro profesionály: Dům s vyhlídkovým stanovištěm je jako obrovský Skinnerův box (box pro operantní učení); automaticky trénuje psa, aby štěkal. Pokud vaši klienti nejsou ochotní provést změny prostředí, aby zabránili posilování a procvičování reaktivity, tak by vám mohli stejně dobře jen zaplatit a poslat vás domů, aniž by si vyslechli, co dalšího jim chcete říct. Samozřejmě nad nimi nelámejte hůl, ale pokud mají dosáhnout nějakého zlepšení, tak je musíte přesvědčit, že musí provést změny ve svém domově a návycích, aby u psa zabránili zvyšování stresu a samotrénování nežádoucích chování. Někdy pomůže, když klienty necháte, aby si natočili na video, co pes dělá, když je sám doma.

Abyste se zbavili vyhlídkových stanovišť, můžete přestěhovat nábytek, použít zábrany do dveří nebo ohrádky a/nebo namontovat na spodní část okna žaluzie tak, abyste vy mohli vyhlížet ven nad nimi, ale pes přes spodní část okna neviděl. Během našich tmavých aljašských zim jsem zjistila, že žaluzie na spodních částech okna, nad nimiž proniká dovnitř aspoň trochu světla, jsou pro moji náladu lepší než žaluzie stažené přes celá okna! V domácích potřebách můžete koupit plastovou fólii, kterou nalepíte na okna, takže budou vypadat jako skvrnité nebo kouřové sklo, nebo plné obláček nebo jiné motivy. Nebo můžete na okno nasprejovat falešný sníh – ten ihned odstraní výhled na rušivé podněty a později ho



Celodenní hlídání domu zmaří účinky simulované situace.

z oken snadno očistíte. Můžete ho také stírat po kouskách, aby se výhled na okolní svět zvětšoval jen postupně. Levným řešením je přilepit na okno lepicí páskou voskový papír. Ten pomáhá například proti štěkání na veverka; já ho mám nalepený na dolní polovině posuvných skleněných dveří. Když jsem měla jen málo času na trénování, stačilo vypnout „venkovní televizi“ a štěkání se rychle vyřešilo.

Pokud bydlíte v činžáku nebo v paneláku, tak možná přemýšlíte, jak zajistit, aby váš pes, který štěká na poplach, neslyšel lidi v chodbě nebo v sousedních bytech (a tím pádem na ně neštěkal). Pokud chcete, aby si nevšímal zvuků zvenčí a neštěkal na ně, nechte mu puštěnou televizi nebo monotónní zvukové nahrávky, které se jen občas mění – například mořské vlny přerušované tu a tam pronikavým křikem ptáků. Jelikož náhlé změny snadno upoutají pozornost psa a přimějí ho ke štěkání, jsou proměny ve zvukových nahrávkách důležité, aby si navykl na proměnlivé prostředí. V průběhu týdnů nebo měsíců snižujte hlasitost nahrávky, aby pes postupně slyšel víc a víc z „reálného“ prostředí.

I venku toho můžete hodně změnit. Já mám například v oblíbené psí dvířka, ale pokud nejste doma, abyste dávali pozor, musí být zavřená. Jinak mohou psí dvířka vyvolat stejné problémy s nácvikem reaktivity jako vyhlídková stanoviště. Kolem pozemku byste měli mít pevný plot, který pokud možno neumožní psovi výhled ven. Já mám nejraději plot, který plně ohradí celý prostor psa. *Hlavním kritériem pro plot je to, že musí účinně zabránit úniku ven i vniknutí dovnitř.* Možná se vám



Voskovaný papír je rychlým provizorním řešením, jak zabránit štěkání na veverky.

zdá, že je to tak triviální, že bych se o tom vůbec nemusela zmiňovat, ale opak je pravdou. Jeden účastník mého kurzu pro vrčivé psy si stěžoval, že jeho pes pořád utíká ze zahrady a prohání jiné psy po celé čtvrti. Ptáte se, jak se mohl dostat ven? Kolem domu byl sice krásný plot, ale chyběla u něj branka! Jiný klient si stěžoval na stejný problém, s tím rozdílem, že jeho pes zase přeskočil vysoký necelý metr. Byl to vytrénovaný australský honácký pes a já jsem si jistá, že by byl klidně přeskočil i plot vysoký metr a půl.

Už jsem zažila spoustu klientů, kteří měli problémy s agresivitou a strachem psa, a přitom se nepostarali o pořádný plot. Pod plotem měli díry, některé plotové latky chyběly, pozemek byl zajištěn pouze keři, kterými pes mohl proběhnout, elektrickým plotem nebo podobně – a ti lidé jako by předpokládali, že pes prostě nějak pochopí, k čemu je plot, a bude ho respektovat, i když není stoprocentně zabezpečený. Vždycky klientům doporučuji, aby si postavili skutečný fyzický plot. Elektronické ploty jednak představují etický problém a zadruhé takový „neviditelný“ plot nezabrání v proniknutí na pozemek cizím lidem nebo jiným psům, kteří mohou vašeho psa dráždit a útočit na něj, takže je může kousnout. Navíc elektronický plot nevyvolává v kolemjdoucích takový pocit bezpečí jako pohled na fyzický plot.



Postarejte se o to, aby váš plot udržel psa uvnitř a spouštěče venku.

I když máte pevný plot, nenechávejte psa štekat na dvoře, když nejste doma. I když přes plot nevidí, tak určitě slyší, že se venku něco děje. Pobyt na dvoře je výsada, nikoli právo, a štěkání psa takového práva zbaví, dokud se neuklidní. Na dvoře má sice pes příležitost k prospěšnému tělesnému pohybu, ale zároveň si tam může procvičovat nežádoucí chování. Když je na dvoře sám a doma není nikdo, kdo by jeho štěkání slyšel a řešil ho, tak se může ve štěkání klidně trénovat dál a dál. Podobně jako vyhlídková stanoviště v domě, odkud může pes štekat na kolemjdoucí, představuje i dvůr obrovský stroj na „auto-shaping“, který mu opakovaně poskytuje funkční posilovač v podobě odchodu cizího psa nebo člověka. Pokud má váš pes tenhle problém, určitě si přečtěte Kapitulu 11 o potyčkách u plotu.

Tip pro profesionály: Pokud máte přijímací dotazník, vypejte se v něm klientů na existenci, stav plotu a viditelnost skrz něj a také na to, jestli pes pobývá na dvoře pod dohledem.



Trénovaný pes bez problémů přeskočí plot vysoký metr dvacet.

Pokud potřebujete důkaz, že když je pes sám na dvorku, podporuje to u něj štěkavost, zkuste se kterýkoli všední den projít po některé čtvrti s rodinnými domky. Například při první procházce po naší nové čtvrti jsme s Peanutem prošli kolem sedmi dvorků, kde byli psi bez dozoru. Každý z nich si na nás zaštěkal a získal za své chování posilovač, protože my jsme prošli kolem a odešli. Přesně tohle se děje vašemu psovi, pokud ho necháváte na dvoře (byť oploceném), když jdete do práce. Na jednom z dvorků, kolem kterých jsme procházeli, vypukla dokonce rvačka. Byl tam dobrman a korgi a nejdřív na nás začali štěkat. Pak se dobrman uklidnil a po něm ztichl i korgi. Když korgi začal štěkat znovu, přeměřoval na něj dobrman svou agresivitu, povallil ho na zem a tlamou ho držel pod krkem! Korgi začal ječet. Já jsem vykřikla a hodila na dobrmana kamínek. Naštěstí korgiho pustil, než jsem stačila vytáhnout SprayShield (citronelový sprej na rozhánění psích bitek); ale kolikrát předtím už se asi stalo něco podobného? Nahradit jejich reaktivitu vhodnějším chováním bude vyžadovat delší procvičování a celý trénink nepřinese žádné výsledky, pokud budou psi i nadále zůstat přes den sami na dvorku.

Když snížíte míru stimulace, které je váš pes vystaven, tak mu pomůžete, aby se uklidnil; díky tomu bude doma větší ticho a tím by se měla výrazně zlepšit kvalita života celé vaší rodiny. *Pro úspěšný trénink je zásadní uspořádat jeho prostředí tak, aby vůbec neměl příležitost ke štěkání.*

Prevence náhodných blízkých setkání

Kromě toho, že odstraníte příležitost k nácvičku stresových situací a štěkání z dálky tím, že postavíte pořádný plot a odstraníte vyhlídková stanoviště, musíte chránit

Pokud potřebujete důkaz, že když je pes sám na dvorku, podporuje to u něj štěkavost, zkuste se kterýkoli všední den projít po některé čtvrti s rodinnými domky. Například při první procházce po naší nové čtvrti jsme s Peanutem prošli kolem sedmi dvorků, kde byli psi bez dozoru. Každý z nich si na nás zaštěkal a získal za své chování posilovač, protože my jsme prošli kolem a odešli. Přesně tohle se děje vašemu psovi, pokud ho necháváte na dvoře (byť oploceném), když jdete do práce. Na jednom z dvorků, kolem kterých jsme procházeli, vypukla dokonce rvačka. Byl tam dobrman a korgi a nejdřív na nás začali štěkat. Pak se dobrman uklidnil a po něm ztichl i korgi. Když korgi začal štěkat znovu, přeměřoval na něj dobrman svou agresivitu, povallil ho na zem a tlamou ho držel pod krkem! Korgi začal ječet. Já jsem vykřikla a hodila na dobrmana kamínek. Naštěstí korgiho



Právní tip: tuhle cedulku „Pozor na psa“ si lze vyložit jako přiznání chyby. Lepší je neutrální cedulka „Za plotem je pes“.

psa i před náhodným blízkým střetnutím se spouštěcí. Samozřejmě se může stát cokoliv, *ale měli byste se postarat o to, aby byla příležitost kousnout jiného psa nebo člověka co nejméně pravděpodobná.* Například vaše vchodové dveře se otevrou tisíckrát za rok, takže i jednoprocenní možnost, že pes otevřenými dveřmi uteče, znamená, že se dostane ven bez dohledu desetkrát za rok. To je dost děsivá představa.

Jedním z neúčinnějších řešení je umístit ke všem východům do neoploceného prostoru nějaký systém dvojitých dveří, který zabráni útěku a sníží příležitost k agresivitě. Systém dvojitých dveří představuje fyzickou bariéru, která psovi znemožní útěk, i když zůstanou jedny dveře dokořán. I když budou jedny dveře otevřené, zablokují mu cestu druhé, které jsou jen o pár metrů dál. Systém dvojitých dveří může být trvalou součástí plotu, nebo to může být přenosná ohrádka, taková, jaká se prodává v potřebách pro domácí mazlíčky. Když se psem cestujete, můžete si vzít ohrádku s sebou a umístit ji přede dveře hotelového pokoje nebo kolem dveří karavanu.

Většina psích jeslí, psích parků a výcvikových středisek má systém dvojitých dveří u každého východu, aby žádný pes neutekl. Systém dvojitých dveří u východu z domu vám umožní vítat se s návštěvami, aniž by přitom pes utekl z pozemku nebo se dostal až k návštěvě. Jednoduše otevřete vchodové dveře, psa za nimi zavřete a pak vpustíte návštěvu do prostoru mezi vchodovými a druhými dveřmi. Když si necháte přivést pizzu, nepřijde řidič do styku s vašimi psy. Jelikož svoboda už není hned za vchodovými dveřmi, nebudou se psi tolik snažit vystřelit ven. Proč by to dělali, když by se tak dostali jen k další zavřené brance?



Systémy dvojitých dveří u východu z domu zabrání útěku psa.

Instrukce vysvětlují, co dělat u zamčené branky.



Když nahradíte zvonek nahrávkou, tak máte pro psa pokyn, jehož splnění pak můžete posilovat odměnou.



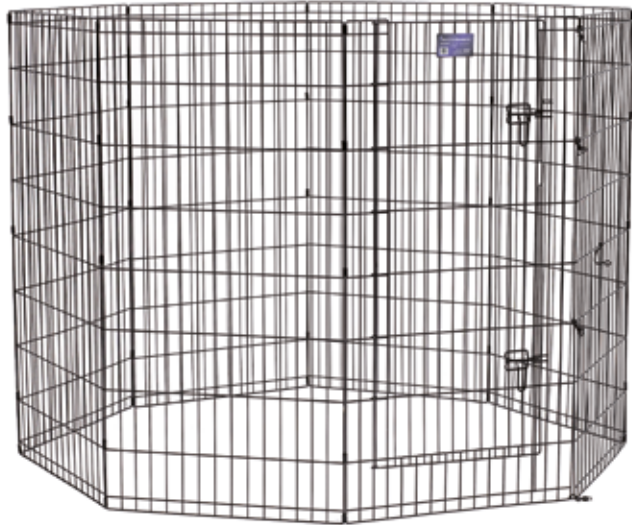
Pokud chcete mít opravdu jistotu a doma klidnějšího psa, dejte na branku zámek, aby nikdo nemohl nepozorovaně projít až k vchodovým dveřím. Na branku případně namontujte bezdrátový zvonek s instrukcemi pro návštěvy a poštovní schránku pro listonoše. Schránku ostatně neškodí umístit na plot zvenčí, i kdyby branka zůstávala odemčená, protože díky tomu si pes aspoň nebude procvičovat každodenní agresivní štěkání na listonoše.

Tip pro profesionály: Příjemným vedlejším účinkem nového zvonku je i to, že má jiný zvuk. Pes s ním ještě nemá žádné negativní asociace, takže ho můžete snadno naučit, že zvuk nového zvonku znamená pokyn „na místo“. Můžete si ušetřit čas tím, že koupíte zvonek (jako je třeba iChime), do kterého si můžete přímo nahrát pokyn „na místo“, tak aby ho zvonek říkal vaším hlasem.

I děti po určitém nácviku pochopí bezpečnostní systémy, jako jsou systémy dvojitých dveří. Jednou jsem pracovala s rodinou, která měla fenku Roxy a ta kousla sousedovic syna. Kontaktovali mě proto, že jejich dcera nechala otevřené dveře a jejich štěkající fenka vyběhla ven, kousla jejího kamaráda do stehna a i přes několik vrstev oblečení mu způsobila ošklivou modřinu. Teď mají namontovaný systém několika ochranných dveří, takže Roxy musí projít vnitřní brankou, vchodovými dveřmi a pak ještě brankou na verandě, aby se dostala k návštěvníkovi.

U dětí doporučuji další bezpečnostní kroky navíc, protože člověk se u nich nemůže vždycky spolehnout, že si dokonale zapamatují všechna pravidla. Systém musí být zajištěný tak, aby ho mohly bezpečně používat i děti. Ve výše uvedeném případě může být Roxy jen v kuchyni a v obývacím pokoji. Je velmi užitečné, že

pobývá v prostoru, který je oddělený od vstupní chodby. Její prostor je ohraničený vysokými zábranami do dveří, ale stejnou službu vám prokáže i psí ohrádka. Zjistili jsme, že Roxy je nejspokojenější, když může být se svou rodinou, a díky zábranám s ní být může, ale přitom se nedostane k vchodovým dveřím.



Psí ohrádka představují flexibilní nástroj managementu.

Když zazvoní zvonek, musí děti poprosit maminku nebo tatínka, aby otevřeli dveře místo nich. Návštěva je přitom teprve za venkovní brankou, ne přímo u dveří, protože za brankou je umístěný zvonek. Maminka může zkontrolovat, že je Roxy v ohrádce, a pak otevře dveře, jde ven, otevře branku a pustí návštěvu dovnitř. Pokud dítě zapomene na pravidla a otevře dveře samo, je návštěva i přesto chráněná, protože je ještě za brankou. Když dítě otevře Roxy dvířka u ohrádky, zatímco je maminka za dveřmi s návštěvou, uslyší maminka štěkání a bude vědět, že nemá otevírat dveře. Pokud si návštěva nevsimne instrukcí na brance a vstoupí bez pozvání, bude i přesto v bezpečí, protože Roxy je doma v ohrádce. Další návštěvu by mohla Roxy kousnout pouze v případě, že by selhaly všechny bezpečnostní systémy najednou, a to je hodně nepravděpodobné. Díky nahrávacímu zvonku, o kterém jsem se zmínila, nahráli rodiče hlášku „Zavři Roxy do ohrádky“ a ta se přehraje, když návštěva za brankou stiskne zvonek.

Vypadá to jako spousta opatření, ale mnohem horší by bylo muset odvézt dítě na pohotovost a psa k veterináři na uspání. Kousnutí je velmi nepravděpodobné,



Instruuje návštěvy a/nebo zavřete psa do ústraní, aby nevznikly nebezpečné situace.

ale následky jsou tak strašné, že prevence je zde nezbytná. Nepředpokládám, že by rodina s dítětem musela tahle extrémní managementová opatření dodržovat navěky. Na druhé straně se od mnoha rodin s malými dětmi nedá očekávat, že budou schopné provést tolik změn, aby byli všichni v bezpečí; pak musí pro svého psa najít nový domov, aby byl zachráněný před usmáním. Navzdory všeobecnému přesvědčení ovšem neexistuje příliš mnoho domovů (nebo farem), které by byly ochotné si vzít psa, který už někoho pokousal; díky těmhle krokům zajistíte, aby váš pes nikoho nekousl, zatímco budete zlepšovat jeho chování s pomocí BAT a hledat mu nový domov. Díky těmto krokům bude váš pes také uvolněnější a bude mít dost času na změnu emocionálních reakcí prostřednictvím tréninku.

Pokud pes projevuje jen mírnou reaktivitu, může mu prospět, když ho dáte do klece, za pevnou vysokou zábranu ve dveřích, do ložnice nebo na krátké vodítko připevněné ke zdi nebo k nějakému těžkému předmětu a necháte mu tam chutnou kost nebo hračku naplněnou krmivem nebo pamlsky. Když pes volně pobíhá po domě, může u něj příchod návštěvy vyvolat stres, což může být nebezpečné. Klec nebo uvazovací vodítko umístěte pokud možno na místo, na kterém si pes může v klidu zvykat na přítomnost návštěv v domě. Možná už jste zkusili zavřít ho někde do ústraní, ale samotné zavření nestačí. Bez vhodného (jedlého)

předmětu, který ho zabaví, budou psa návštěvy jen víc a víc stresovat a váš trénink nepřinese úspěch. Já mám neustále připravené v mrazničce speciální hračky plněné krmením, abych po nich mohla v případě potřeby ihned sáhnout.

Pokud víte, že by váš pes štěkal i bez ohledu na krmivovou hračku, tak ho už předem odvedte. Když čekáte návštěvu, můžete ho odvést například do auta v klimatizované garáži, ke známým nebo na jiné místo mimo dům. Tím, že ho odvedete, tak si s návštěvami nevytvoří ještě negativnější asociaci. Odvádějte ho pryč, dokud nebude díky lekcím BAT a dalšímu tréninku na setkání s návštěvou připravený. Samozřejmě berte ohled na problémy spojené se separační úzkostí a nezávěrejte psa na místo, které by ještě zvýšilo jeho stres, nebo na kterém by mohl něco zničit.

Mějte na paměti, že pamlsky a hračky, které mají tak vysokou hodnotu, že dovedou odvést pozornost psa od návštěvníka, jsou už svou podstatou cenné. Proto mohou v domácnosti s několika psy vyvolat bitky. Pokud máte několik psů, budete jim možná muset dávat kosti, teprve až budou zavřeni v oddělených klecích nebo místnostech nebo budou jinak bezpečně rozdělení, aby byl zachován klid a mír. Aby si psi nezačali klece bránit, tak je tam nejdříve zavřete a teprve potom jim dejte kost. Nedovolte návštěvě přiblížit se ke psům, když žerou. I když jsou zdánlivě v klidu, tak jsou přítomností návštěvy rozrušení, takže je nejlepší návštěvě říct, aby si jich nevšímala, pokud nezačnou přímo vyžadovat pozornost. Další tipy k přijímání návštěv najdete v Kapitole 12.

Konfrontace se světem venku – jak zabránit problémům na procházkách

Jak už určitě víte, není váš domov tím jediným místem, kde může být trénink sabotován kvůli nadměrné konfrontaci se spouštěči. Pro psy, kteří mají problémy s reaktivitou, představuje velkou výzvu i procházka. Aby byla procházka bezpečná, je nejdůležitější udržet si při ní psa fyzicky u sebe. K tomu doporučuji vodítko, které můžete pevně uchopit a pohodlně si ho posunovat v ruce. To znamená žádná navíjecí vodítka (flexi), řetízky nebo jiná vodítka, o která byste si mohli odřízt ruku.

Vodítko by mělo být asi 5 metrů dlouhé a připnuté k postroji psa, aby měl pocit volnosti, ale abyste vy zároveň mohli upravovat délku vodítka podle potřeby. Před rohy, za které nevidíte, vodítko zkrátíte a nejdříve zkontrolujte, jestli je za rohem bezpečno. Používejte opravdové vodítko, žádnou náhražku. Při použití navíjecího vodítka se pes snadno dostane do problémů (uvědomte si, jakou

rychlost může vyvinout na pět metrů!); proto obvykle doporučuji měkké vodítko vyrobené z pevné kulaté šňůry s jádrem z několika spletených polypropylénových vláken. Některým lidem je příjemnější kožené nebo koženkové vodítko, ale to nemá stejnou vibraci, když po něm kloužete rukou, a právě tahle vibrace může být užitečná pro komunikaci. Zjistila jsem, že pět metrů je délka, se kterou je schopen manipulovat každý. Pokud máte pocit, že byste s pětimetrovým vodítkem nedokázali bezpečně manipulovat, bude pro vás bezpečnější, když budete používat vodítko o standardní délce.

Co se týče postrojů, najdete v dnešní době na trhu velké množství kvalitních modelů. Já mám v současné době nejraději postroje PerfectFit (Velká Británie), XtraDog (Kanada), Balance Harness (USA), Haqihana (Itálie) a spoustu skvělých německých značek, jako například Camiro, Stake Out, and Anny•x. Nepoužívejte postroje, které psa škrtí, dřou ho v podpaží nebo mu znemožňují normální pohyb při běhu. Každý pes je jedinečný, takže to, co se osvědčilo u psa vašich známých, může být vašemu psovi nepohodlné. Je to podobné jako u džínů. Ty také sedí různým lidem různě a navíc se to mění i s věkem!

Já mám ráda postroje, které mají jednu sponu vpředu a jednu vzadu (u postroje PerfectFit používejte přední sponu pouze v případě, že máte zároveň připnutou i sponu vzadu). Postroje psovi nesmí bránit v přirozeném pohybu a musí mu umožňovat celý rozsah pohybu nohou a ramen. Postroj Balance Harness je lehký, snadno se nasazuje a dobře sedí u podpaží. Postroje PerfectFit a XtraDog můžete nasadit i na vnější stranu podpaží a jsou vypořádávané flísem, takže se neposunují a nedřou o srst. Postroj PerfectFit se prodává ve třech oddělených kusech se zvláštními velikostmi, takže je můžete přesně přizpůsobit psovi jakékoli velikosti. Ale tohle provedení ze začátku trochu komplikuje navykání na jejich použití. Německé značky jsou skutečně skvělé pro volnost pohybu, protože netlačí psovi na hrdlo. Dobře padnou za podpažím a dají se nastavit podle potřeby.

U postrojů nejraději používám zadní sponu, pokud to stačí. Na rozdíl od ohlávek (se smyčkou na nos) dopřávají postroje se sponou vpředu psovi volnost, aby pohyboval hlavou podle svého, ale přesto má menší kontrolu nad směrem, kterým se bude pohybovat, než je tomu u postrojů se sponou vzadu; proto sponu vpředu nepoužívejte příliš často. Výhodou postrojů se sponou vpředu pro reálný život je to, že můžete psa odtáhnout, kdybyste ho náhodou dostali do stresující situace, ze které by jinak zděšeně uprchl nebo by začal štěkat/dělat výpady. Dovednosti BAT s vodítkem vám navíc poskytnou spoustu způsobů, jak se psem komunikovat, takže obvykle postačí obyčejný postroj.

Grisha Stewartová, CPDT-KA

Trénink pro úpravu chování

Nové praktické techniky,
jak si poradit s reaktivním psem

Z anglického originálu *Behavior Adjustment Training 2.0*, vydaného nakladatelstvím Dogwise Publishing, přeložila Jana Dušková

Redakce Jan Řehoř

Sazba Matěj Barták

Vydal Pavel Jeřábek – Nakladatelství PLOT, Bělohorská 2, 169 00 Praha 6,
www.plotknihy.cz, jako svou 393. publikaci

Tisk Těšínské papírny, s.r.o., 2021

Vydání první, Praha 2021

ISBN 978-80-7428-407-6