

Puppy online les 5

Kijk naar mij

Aandachtsoefening "Let – op"

Fase 1

- De pup is voor je, maakt niet uit of hij zit ligt of staat
- Houd een voertje in de lijn van jouw ogen naar zijn ogen, of net onder je kin
- Noem zijn naam en zeg "Let op, Kijk of Watch" en geef hem het voertje zodra hij echt naar je ogen kijkt.
- Biedt het voertje laag aan, beweeg je hand langs je lichaam naar beneden, biedt het voertje onderhands aan.
- Zo voorkom je dat de pup gaat springen naar je hand
- Let op dat je daarbij een vriendelijk gezicht hebt en buig niet over de pup heen.
- Gooi evt. een voertje weg om de pup uit de positie te halen en herhaal de oefening.
- Gaat dit goed ga je in stapjes steeds verder je hand naar beneden verplaatsen, maar wacht tot de pup naar je ogen kijkt, zo lang hij naar je handen kijkt krijgt hij geen beloning.
- Ga zo ver door dat je je handen naast het lichaam kunt houden terwijl de pup naar je kijkt, dan pas pak je een voertje. (om dit te bereiken heb je wel een aantal weken nodig, dus overhaast niets!)

De aandacht oefening kunnen je heel goed in de dagelijkse omgang met je pup oefenen. Bijvoorbeeld, eerst aankijken voor de voerbak op de grond gezet wordt, eerst aan kijken voordat er gespeeld wordt, eerst aankijken voor dat de deur opengaat, eerst aankijken voordat er geknuffeld wordt enz. enz. In het begin kost dit even tijd, maar laat de pup zelf bedenken wat hij moet doen om die voerbak te krijgen, om te spelen etc. Je zegt daarbij niets ook niet de naam van de pup, kijk alleen vriendelijk zijn kant op en kijkt hij je dan aan, dan is de beloning, die voerbak, het spel, de deur die opengaat etc.

Fase 2

- De pup zit, ligt of staat weer voor je
- Houdt nu de hand met het brokje op schouderhoogte iets van je af
- Ze de naam van de pup en "let op, kijk of watch"
- Wacht nu dat de pup naar je gezicht/ogen kijkt en niet naar de hand die het koekje vasthoudt
- Al kijkt je pup maar even, dan zeg je yes
- Biedt het voertje weer laag aan, beweeg je hand eerst naar het midden van je lichaam en dan langs je lichaam naar beneden, biedt het voertje onderhands aan.
- Maak variaties in hoe je je hand of beide handen met het voertje houdt
- De pup krijgt het voertje pas als hij je echt aan kijkt.

Af/Down

Fase 1

- Laat de pup zitten (lok de pup met een voertje in de zit maar geef geen ZIT commando),
- Kniel haaks naast de pup en lok de pup met een brokje naar een lig-positie.
- Houd je de brok voor de neus van de pup en beweeg je het brokje langzaam vanaf de neus recht naar beneden en iets naar voren zodat de pup ook de ruimte krijgt om te gaan liggen
- De pup zal het brokje gaan volgen en door de voorpoten zakken waarna je het brokje eventueel ietsjes naar voren over de grond schuift zodat de pup met zijn hele buik op de grond komt te liggen.
- Hierna beloon je de pup.
- Geef de pup direct vrij
- Herhaal dit een aantal keren.
- Vindt de pup het moeilijk om gelijk helemaal door de poten te zakken dan beloon je eerst het beetje door de voorpoten zakken.
- Dit bouw je dan verder uit tot de pup wel helemaal gaat liggen.
- Herhaal dit tig keer waarbij je het lokken met het voertje afbouwt zodat er alleen maar een handgebaar overblijft, als de pup dan ligt pak je pas een voertje.

Fase 2, toevoegen commando:

- Als je zeker weet dat je pup op het handgebaar gaat liggen ga je het commando toevoegen.
- Zeg het commando " Af of Down" wacht heel even en maak dan het handgebaar om te gaan liggen.
- Zodra de pup ligt zeg je Yes (je clickerwoordje) en geef de pup het voertje, leg het voertje tussen zijn voorpoten
- Geef de pup wel even de tijd om na te denken wat hij moet doen.
- Nu het commando ook gaan geven terwijl je zelf niet meer geknield zit, maar rechtop staat.
- Het commando kan nu ook geoefend worden in andere situaties, zoals de tuin, straat, park e.d..

"Fouten":

- Als je het brokje te snel naar beneden beweegt zal de pup op gaan staan. Brokje dus langzamer naar beneden bewegen.
- Beweeg je het brokje te vroeg naar voren zal de pup eveneens op kunnen gaan staan.

Aandachtspunten:

- De pup moet eerst leren te gaan liggen voordat je ook de tijd dat de pup moet blijven liggen uit kunt gaan bouwen. Denk eraan dat als de pup het commando af goed beheerst in huis dat hij dit dan niet automatisch buiten ook zal gaan doen.
- Gaat de oefening in huis goed dan probeer je de oefening eerst in de tuin, daarna eens op straat en als laatste vraag je dit aan de pup in een drukke winkel of winkelstraat.
Hoe meer prikkels er zijn in de buurt van je (jonge) pup hoe moeilijker het voor hem

wordt. Verlang dus nooit in het begin een perfecte uitvoering van het commando door je pup in moeilijkere omstandigheden.

Genoeg!

Uitspraak: Neutraal (Vriendelijk, rustig en duidelijk uitspreken)

Fase 1:

- Ga op een stoel of krukje zitten
- Leg je handruggen op je benen.
- Bij beide handen voertje op de vlakke hand leggen (handpalm naar boven)
- Zodanige hoogte dat de pup aanbieden dat hij het voertje kan pakken,
- De pup mag dan beide voertjes opeten.
- Dit een aantal malen achter elkaar herhalen.
- Dan volgt een voertje dat hij niet mag pakken uit een van de twee handen, bedenk van tevoren welke hand
- Als de pup het voertje wil pakken geef je het commando "genoeg" en sluit daarna rustig je hand tot een vuist.
- Wacht tot de pup de aandacht voor die hand verliest, al is het maar voor even
- Zeg goed zo en pak een **nieuw voertje** en beloon daarmee de pup
- Leg steeds het voertje wat je gebruikt hebt voor het commando "genoeg" weg zodat het voor de pup duidelijk wordt dat hij niet alsnog dit voertje mag pakken.
- Wissel de genoeg hand ook af dus niet altijd de linker of de rechter hand.
- Op het moment dat je pup bij je geopende hand geen aanstalten maakt om het voertje te pakken door bv. een stap achteruit te doen of zijn kop weg te draaien, begint hij het commando te begrijpen.
- Dit eerst in korte sessies oefenen en in prikkelarme omgeving beginnen.
- Eindig de oefening met een "ja-voertje"

Fase 2:

- In deze fase ga je het commando ook oefenen op andere plaatsen zoals de tuin, de straat en pas daarna naar een drukke plek.
- Gaat dit goed dan het voertje op de grond leggen en direct je hand er overheen leggen.
- Laat alleen de vingertoppen rusten op de grond en de rest van de hand niet.
- De rug van de hand is hierbij naar boven gekeerd en niet meer de handpalm.
- Geef het commando "genoeg".
- Haal het voertje weg en oefen opnieuw.
- Herhaal dit tot de pup door heeft dat hij het niet van de grond mag pakken.
- Laat de pup dus niet van de grond eten.
- Hij mag alleen een voertje van jou uit de hand hebben.

- Probeer dezelfde oefening onder afleiding van meer prikkels. Dit eerst weer bijv. in de tuin, daarna op straat en daarna in drukker gelegenheid.
- Wissel de oefening tussen de grond en je hand.

Valkuilen

- Steeds harder gaan schreeuwen. De stem blijft neutraal.
- Je hand niet op tijd sluiten, zodat de pup zichzelf kan belonen.
- Je hand wegtrekken
- Te snel naar een volgende fase gaan

Aandachtspunten:

- Geef na het commando "genoeg" altijd aan wat je dan wel wilt van de pup.
- Bijvoorbeeld een zit, of andere oefening die hij goed beheerst.

Ontspannen wandelen, diverse methodes

Wat betekent dit eigenlijk, ontspannen wandelen en hoe bereik je dit?

- Door te oefenen, oefenen, oefenen!
- Geen tijd geen excuus ;-), immers je loopt een paar x per dag met de pup
- Ja, je zult er dus zelf ook veel energie en tijd in moeten steken.
- Wandelen zonder trekken vergt een lange adem en consequent zijn
- Er zijn quick fix oplossingen
 - o maar deze zijn vaak ten nadele van het welzijn van de pup
 - o werken na een tijdje niet omdat de baas het niet goed heeft gebruikt en de pup door de pijn heen trekt.

Waar beginnen we:

Wandelen zonder trekken begint al binnen, zorg in het geval van de pup dat hij zich eerst heeft kunnen ontlasten, ga dan pas oefenen met ontspannen oefenen en begin dan weer gewoon binnen.

- Het aanlijnen, wiens pup laat zich netjes en rustig aanlijnen, zonder druk tegen je aan te springen?
- Waarom is je pup zo druk en opgewonden? Hij wil naar buiten, lekker wandelen, hij blaft, springt etc.
- Hoe voorkom je dit opgewonden gedrag.... Door hem niet te geven wat hij graag wil.
- **Dus**, Laat de riem dan vallen en loop weg. Na 1 minuut probeer je het opnieuw, is je pup weer druk? Laat de riem weer vallen en loop weg. Dit herhaal je totdat je pup zich rustig laat aanlijnen. Je zult zien dat je pup dit na enkele keren al begrijpt.
- Dit zul je waarschijnlijk wel zo nu en dan weer moeten herhalen als je pup weer drukker begint te worden. Hou vol, de aanhouder wint!!
- En dan naar buiten. Laat jij je door je pup de deur uit slingeren? Nee toch?

- Trekt je pup je door de deur?
- Ook nu weer vraag je je af wat de pup wil: naar buiten natuurlijk!!
- Ook nu weer kun je dit gedrag sturen naar hem pas te geven wat hij wil als hij hierbij gepast gedrag vertoont.
- **Dus:** Wil je pup je door de deuropening trekken, dan ga je weer naar binnen en doe je de deur dicht.
- Opnieuw waag je een poging om naar buiten te gaan zonder dat je pup trekt. Trekt je pup? Dan ga je weer naar binnen en doe je de deur dicht.
- Ook dit herhaal je totdat je pup je niet meer door de deuropening trekt.
- Het eerst door de deur willen heeft overigens NIETS met dominantie te maken. Maar ik kies er uit veiligheidsoverwegingen wel voor om eerst zelf een deur uit te stappen voordat mijn puppen naar buiten mogen. Zo kan ik zien over er niemand aan komt die anders wellicht onderste boven was gelopen.

TIPS

Andere context

Je kunt het rustig aanlijnen en rustig naar buiten gaan het beste oefenen bij een uitgang naar buiten die je normaal niet gebruikt. Tenminste als je een andere uitgang voor handen hebt natuurlijk!

- Dus ga je normaal altijd via de voordeur naar buiten.
- Neem nu dan de achterdeur of een terrasdeur.

Belonen gewenste gedrag

Een pup is geen jojo. Heel vaak wordt de trekkende pup aan de lijn steeds door de eigenaar teruggetrokken. De pup leert hier niets van, want na teruggetrokken te zijn trekt hij vervolgens weer op nieuw. Actie is Reactie.

We vergeten vaak het moment dat de pup wel netjes mee wandelt te belonen. Daar zit vaak de crux, we mopperen op het trekgedrag en sjoeren aan de pup maar vergeten het gewenste gedrag te belonen. Dus snap de pup niet wat we wel van hem willen.

Metten is weten

Wandelen aan een ontspannen lijn is iets van de lange adem zoals we al vertelden. Daarom is het handig om "meetpunten" voor jezelf in te bouwen, immers wist je dat een mens een verbetering van onder de 15% niet kan waarnemen. Maar als je de volgende methodiek gebruikt wordt het resultaat zichtbaar. Als je gaat oefenen met wandelen zonder trekken start dan bij een lantaarnpaal. Geef het commando wandel en kijk of je zonder trekken de volgende lantaarnpaal kunt bereiken. Door iedere week 1x bij een trainingssessie lantaarnpalen te tellen kun je zien dat je toch vooruitgang boekt.

Spanning op de lijn is stil staan



Doel van de oefening

Je pup loopt mee met een slappe lijn.

Jij laat de pup uit, in plaats van andersom. Een pup aan een strakke lijn is met de omgeving bezig, niet met zijn baasje. Aangenamer voor jouw armen en de nek en rug van je pup.

Als je pup deze oefening helemaal kent, dan loopt hij dagelijks met je mee aan een slappe lijn. Je hoeft geen commando te geven of hem tussendoor te belonen met een 'Yes' of iets lekkers. De beloning voor je pup is namelijk dat hij door mag lopen.

Opmerking

Je pup hoeft bij deze oefening niet standaard naar je te kijken of precies naast je te lopen. Op het moment dat je dit gaat oefenen praat je niet tegen je pup en loop je alleen door als er geen spanning op de lijn staat.

De oefening in stappen

- Houd de lijn in je hand
- Leg beide handen op je buik
- Noem de naam van je pup en ga wandelen.
- Als er spanning op de lijn komt te staan, ga je direct stil staan. (veer niet mee met je armen maar houdt je handen op je buik)
- Als je voelt dat de spanning van de lijn verdwijnt, loop je meteen weer door.
- Mocht je pup tijdens de wandeling bij gewenst gedrag oogcontact met je maken beloon dit uitvoerig met een stembeloning, glimlach of iets lekkers. Op deze manier stimuleer je het contact buitenshuis tijdens de wandeling.
- Dit blijf je consequent herhalen, iedere dag.

Let op: Jouw timing bij deze oefening is van groot belang. Loop direct door op het moment dat je voelt dat er ook maar een klein beetje spanning van de lijn komt. Wacht niet tot je pup gaat zitten of contact met je maakt.

- De beloning is het doorlopen dus je hoeft geen voertje te geven.

Leer de pup het liefst altijd aan dezelfde kant te lopen, zo voorkom je dat de pup steeds voor je voeten loopt. Leer dus eerst alleen links of alleen rechts te lopen. Pas als de pup goed aan 1 kant loopt kun je netjes meelopen aan de andere kan gaan aanleren.

Let ook op je lijnvoering, de riem is in de hand die het verste van de pup is, de voerhand is altijd aan de kant van de pup.

Verder hebben we nog:

Achteruitlopen

- Als de pup de lijn op spanning zet.
- Ga je achteruitlopen, tot de pup weer bij je is
- Dan ga je weer vooruitlopen.
- Overigens je kunt ook al achteruit gaan lopen vlak voor de lijn op spanning komt te staan.

Tempowisselingen

- Wissel je looptempo af
- Loop langzaam
- Dan snel
- Dan normaal tempo
- Dan weer snel
- Dan weer normaal
- Dan weer langzaam

Van richting veranderen

- Door continue te keren en draaien of slalom te lopen bijv. om geparkeerde auto's heen. Leer je je pup op jou te letten en zal hij ook minder aan de lijn trekken.

Terug naar het beginpunt

- Bepaal je startpunt (bijv. ter hoogte van een boom, hoek van de straat o.i.d.) En een eindpunt waar binnen je het ontspannen wandelen wil oefenen. Leg de lat niet te hoog, dus doe een korte afstand, ga voor succes!
- Geef het commando "wandel"
- Zodra de pup spanning op de lijn zet, beste is net voordat de lijn helemaal straks staat
- Draai je om of loop je achteruit naar het start punt
- Je mag eventueel aandacht van je pup vragen maar dat hoeft niet
- Begin weer op het startpunt
- Loopt je pup wel netjes mee vergeet dan niet dit te belonen!

Let op dat als je pup ineens wel netjes mee loopt je hem een aantal voertjes achter elkaar geeft, anders bestaat het gevaar dat hij het voertje aanneemt en meteen weer spanning op de lijn zet. Oefen ook het afgeven van het voertje, dus snel achter elkaar bam, bam, bam in

de bek van de pup, want zodra je het voertje per ongeluk laat vallen dan ben je puberneus kwijt.

Overigens ontspannen wandelen aan de lijn wil zeggen dat de pup de hele riemlengte heeft, mits deze ontspannen is. Dus kan hij iets achter, iets naast of iets voor je lopen. Dit is dus iets heel anders dan volgen! Volgen is een trainingsoefening waarbij de pup steeds op kniehoogte loopt. Dit houdt een pup nooit een hele wandeling vol, het is nl. heel belangrijk dat je pup tijdens het wandelen ook gelegenheid krijgt om te snuffelen.

LOL

Wandelen LOL fase 1, 2 en 3

Fase 1:

- leg een voertje op de grond voor de pup
- ga meteen achter de pup staan, dus niet wachten tot hij uitgegeten is.
- Wacht tot de pup zelf contact maakt, (dus omdraait of omkijkt)
- zeg Yes en leg weer een voertje voor hem neer
- stap meteen weer achter de pup,
- zodra hij zelfstandig contact zoekt, weer Yes en voertje op de grond.
- Is de pup te snel leg dan meerder voertjes neer.
- Zeg dus niks tegen de pup, alleen Yes als hij contact maak.

Fase 2:

- Je begint weer zoals bovenstaand met 2 herhalingen,
- de 3de herhaling stap je nadat de pup het Yes brokje heeft opgegeten 1 stap naar voren,
- zodra de pup opkijkt zeg je Yes , legt het koekje naast je voet
- als de pup die opeet stap je weer naar voren
- kijkt de pup zeg je Yes en leg je weer het koekje naast je voet.
- Wacht dus tot de pup naast je is om het koekje op te eten maar wacht niet tot hij klaar is met eten.
- Let ook op dat je het voertje echt naast je voet legt en niet er voor , want anders leer je al dat je pup voor je uit mag lopen.

Fase 3

- Als bovenstaand goed gaat en de pup maakt oogcontact dan geef je het brokje rechtstreeks in de bek als de pup naast je heen is, ipv op de grond,
- Bouw langzaam het aantal stappen uit dat je loopt voor het voertje komt
- Dus eerst 1 stap, voertje geven
- Dan bijv 2 stappen dan voertje geven
- Dan weer 1 stap en voertje geven
- Dan weer 3 stappen en voertje geven
- Zo bouw je het aantal stappen op, maar zorg dat de lijn ontspannen blijft.
- Komt de lijn op spanning dan zet je te veel stappen en zet je een stapje terug.

- Zorg ervoor dat de beloning altijd naast je heen komt, zo leert de pup dat daar de beloning komt en zal hij minder snel voorbij je lopen.
- Loopt de pup je al voorbij dan geef je geen beloning en start je weer helemaal bij eerst 2 rondes het voertjes achter de pup te leggen

Leer de pup het liefst altijd aan dezelfde kant te lopen, zo voorkom je dat de pup steeds voor je voeten loopt. Leer dus eerst alleen links of alleen rechts te lopen. Pas als de pup goed aan 1 kant loopt kun je netjes meelopen aan de andere kan gaan aanleren. Let ook op de lijnvoering, de lijn in je rechterhand, de voertjes in de linkerhand, de kant dus waar de pup loopt.

Rust op de mat met beweging eigenaar

- Kijk of je al voorzichtig kunt bewegen terwijl je pup op de mat blijft liggen.
- Ga op het krukje zitten
- Leg de mat neer en wacht tot je pup er uit zichzelf op gaat liggen.
- Beweeg rustig een been, blijft de pup liggen dan leg je een voertje op het matje voor zijn neus.
- Voor iedere beweging die je maakt waarbij je pup rustig op de targetmat blijft liggen geef je een voertje op de mat.
- Je geeft dus geen commando voor het blijven, de pup moet uit zichzelf op het matje blijven liggen
- 'Vrij' geven bij het einde van de oefening

Veel plezier met oefenen.