

**EMIL NESTOROWICZ**

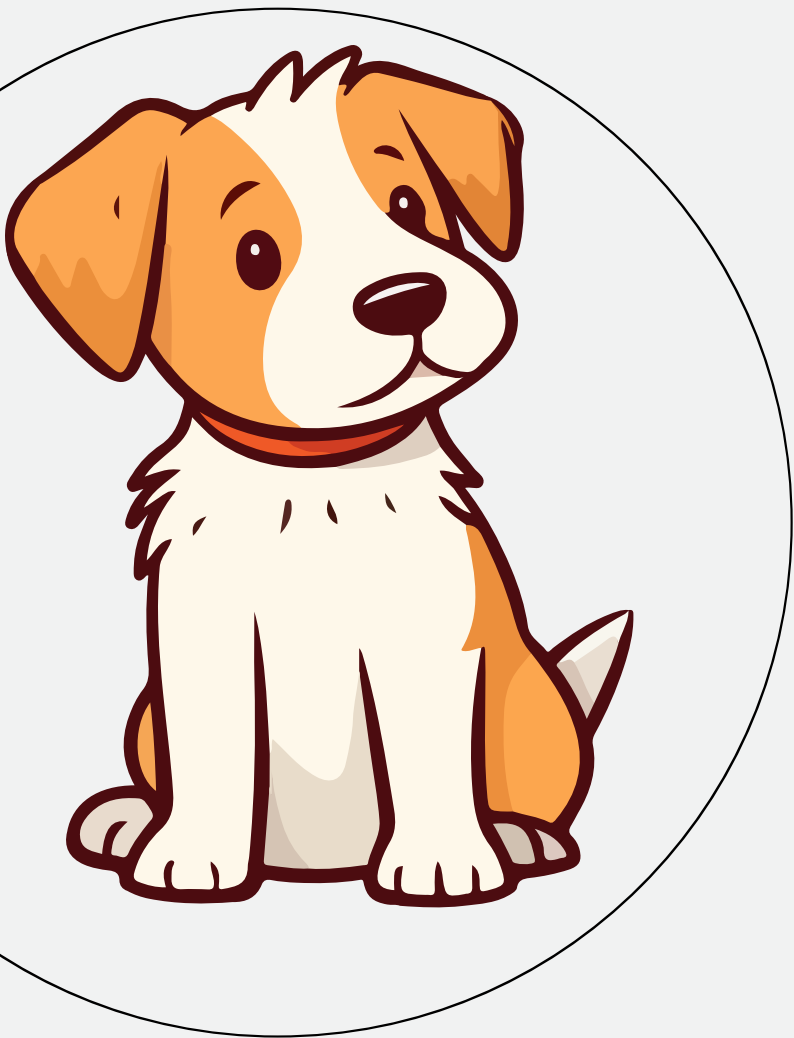
# **Poczekaj!**

**KROK PO KROKU**

**jak nauczyć psa komendy  
wstrzymującej  
„poczekaj”**



**Czerwony  
piesek**



# Słowniczek

- **VIP** – Very Important Piesek (bardzo ważny piesek)
- **Szczęśliwy przewodnik** – spokojny i szczęśliwy opiekun psa, który prowadzi go przez życie.
- **Fafik i Fąfel** – przykładowe pieski, które na stałe zagościły w słowniczku Czerwonego pieska
- **Załamka** – stan emocjonalny szczęśliwego przewodnika, który wskazuje na chwilową utratę wiary w sukces.
- **Legalne rzeczy i zachowania** – coś co VIP'owi wolno wziąć, gryźć, albo robić.
- **Nielegalne rzeczy i zachowania** – rzeczy i zachowania zabronione.  
**Maluch** - pies niezależnie od wielkości i wieku.
- **Wiadomka** - wiadomo, że...
- **Kocopoty** - brednie, bzdury, głupoty, nieprawdziwe informacje
- **Bodziec** - coś co wywołuje daną reakcję psa, może to być inny pies, człowiek, rower lub cokolwiek innego.
- **Komenda/hasto** - jest to prośba do psa, aby zachował się w konkretny sposób. Aby mieć nadzieję, że psiak rozważy naszą prośbę, musimy mieć pewność, że rozumie co dane hasło oznacza. Ponadto pies musi być zmotywowany, aby to zrobić.

**Jaki jest cel  
komendy  
poczekaj?**

# Czym jest, a czym nie jest “poczekaj”

Hasło **poczekaj** ma na celu **wstrzymać psa na chwilę**, aby po prostu poczekał zanim będzie mógł coś zrobić. To ćwiczenie uczy psiaka **cierpliwości i kontroli własnych emocji**.

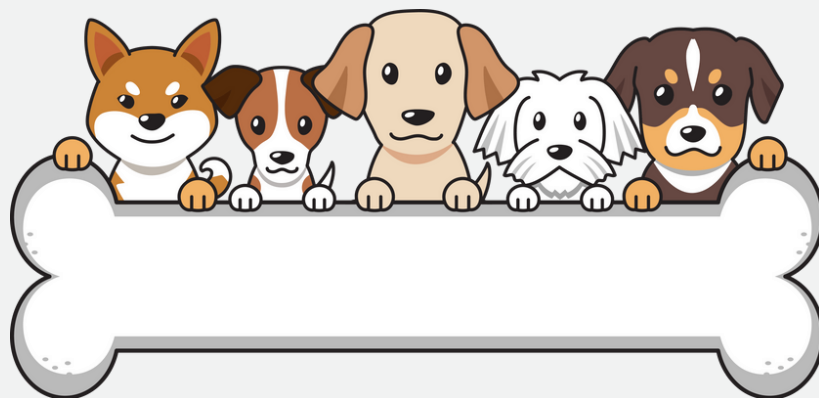
Komendy poczekaj możesz użyć, gdy chcesz **podać psu jedzenie** i nie chcesz, aby na Ciebie skakał, albo gdy chcesz przejść przez furtkę/drzwi i nie chcesz, aby pies się pchał, lub gdy wypuszczasz psa z samochodu i chcesz, aby poczekał zanim wyjdzie, bo musisz sprawdzić, czy na zewnątrz jest bezpiecznie i nic nie jedzie.

Też, **gdy idziesz z psem bez smyczy**, to często możesz go wstrzymać, aby nie wszedł na ulicę/ścieżkę rowerową sam, zanim nie sprawdzisz czy nic nie jedzie.

## **Ważne!**

Nie myl hasła „poczekaj” z „nie”.

Po komendzie przerywającej „nie” pies nie może wcale wziąć/zjeść/zrobić czegoś, po komendzie „poczekaj”, psiak ma się chwilę wstrzymać, a następnie hasłem „proszę” pozwalamy mu zrobić to co chciał.



# 7 etapów nauki

# Etap 1

1. Przygotuj miskę i smakotyki lub suchą karmę. Wsyp do miski kilka smakotyków, tak aby psiak to zauważył.
2. Powiedz „**poczekaj**” i powoli zacznij obniżać miskę. **WAŻNE!** Powiedz „poczekaj”, ZANIM zaczniesz obniżać miskę.
3. Podczas obniżania miski, wydawaj psu smakotyki z miski, aby oplotało mu się czekać i aby zrozumiał na czym polega ćwiczenie.
4. Gdy obniżasz miskę, staraj się prowadzić ją przy swoim boku, a nie z przodu przed samym psem. Psu będzie łatwiej, gdy nie będzie miał obniżanej miski przed samym nosem.
5. Obniż miskę tylko o odrobinę, po czym powiedz „**proszę**” i szybkim ruchem postaw miskę na ziemi. **WAŻNE!** Powiedz „proszę” ZANIM zaczniesz stawiać miskę na ziemi. Oczywiście pozwól zjeść psu jedzenie z miski.
6. Nie **wykorzystuj komendy „siad”** przed rozpoczęciem tego ćwiczenia. Jeżeli pies sam siądzie, ok, ale nie narzucaj siadu przed ćwiczeniem poczekaj, bo później będziemy chcieli, aby pies również w ruchu umiał „poczekać”.
7. Jeżeli pies **mocno skacze** na Ciebie, próbuje dobrać się do miski, **wstrzymaj na chwilę obniżanie**, możesz też podnieść ją trochę do góry, aż się uspokoi. Gdy tylko się uspokoi, powiedz proszę i wydaj miskę. Tej techniki używaj w ostateczności, bo może ona mocno frustrować psa i nie polubi ćwiczenia. Lepiej próbuj nagradzać go większą ilością smakotyków pomiędzy komendą „poczekaj” i „proszę”.



# Etap 2

1. Teraz staraj się po haśle „poczekaj” obniżać miskę coraz bardziej i wydawać komendę „proszę”, gdy miska będzie już coraz niżej.
2. W końcu będziesz mogła postawić miskę na ziemi i dopiero powiedzić „proszę”, ale pamiętaj o regule małych kroczków.
3. Kolejnym krokiem będzie to, że stawiasz miskę na ziemi, powoli się prostujesz i dopiero mówisz „proszę”. Też rozłóż to na małe kroki. Najpierw podnieś pozycję odrobinę, potem bardziej, bardziej, aż do pełnego wyprostowania.
4. Nadal dużo nagradzaj smakołykami z miski podczas obniżania miski.
5. Pamiętaj, że każdy etap może zająć Ci kilka dni. Nie martw się, zupełnie normalnym jest, że każdy pies uczy się w innym tempie, ma inne predyspozycje i inny temperament.

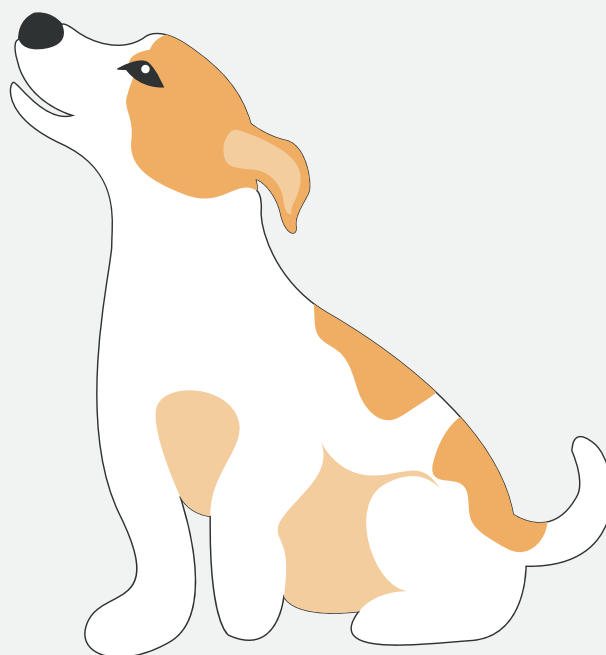


# Etap 3

1. Staraj się wydawać coraz mniej smakołyków podczas obniżania miski.
2. Z sesji na sesję wydłużaj czas pomiędzy wydaniem jednego smakołyka, a wydaniem drugiego.
3. W końcu dojdiesz do sytuacji, w której nie będziesz wcale musiała wydawać smakołyków pomiędzy „poczekaj”, a „proszę”. Nagrodą za dobrze wykonane ćwiczenie będzie już jedzenie w misce, które pies może zjeść po haśle „proszę”

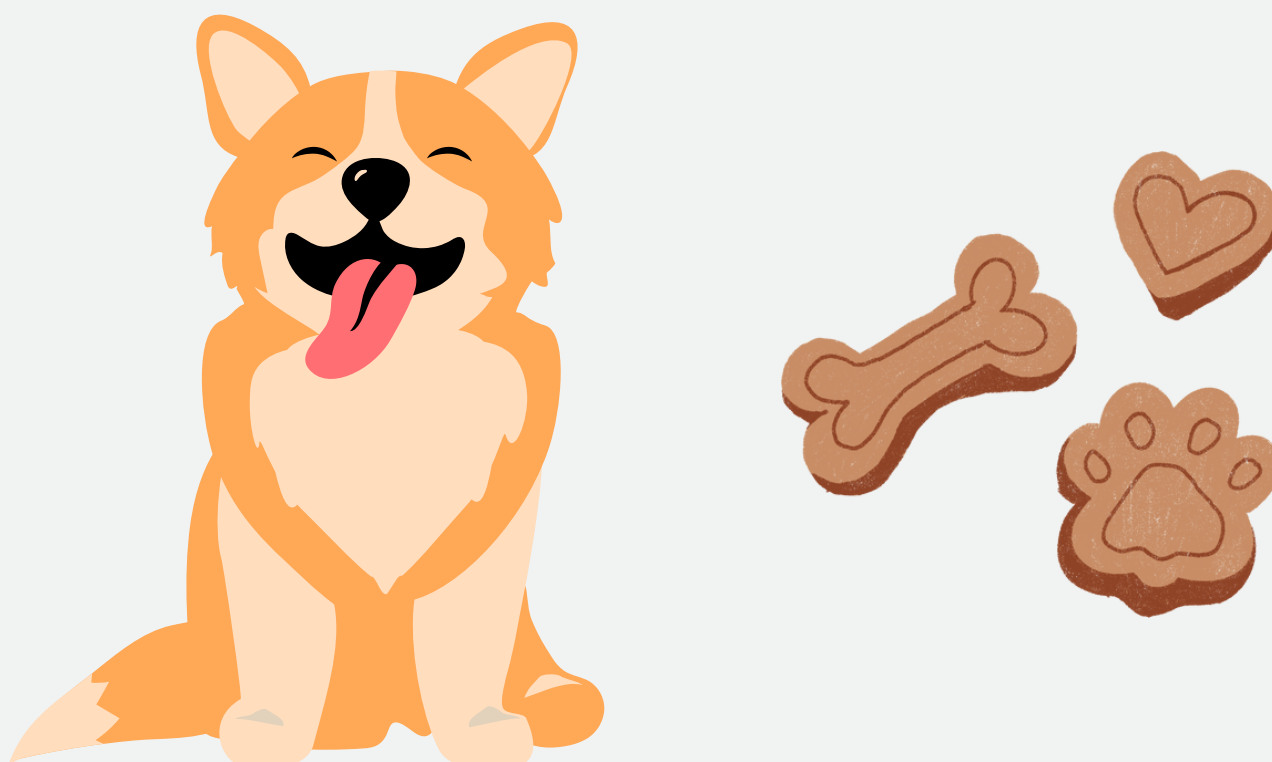
# Etap 4

1. **Przejdź do tego etapu, gdy spokojnie będziesz mogła na hasło poczekać położyć psu miskę, wyprostować się i dopiero pozwolić mu zjeść.**
2. Teraz weź miskę z jedzeniem, i zacznij iść przed siebie. Pies zapewne będzie za Tobą podążał.
3. W pewnym momencie powiedz „poczekaj”, zatrzymaj się (pies też się zatrzyma), postaw miskę na ziemi, wyprostuj się i powiedz „proszę”
4. Zmienia się tylko to, że **przed wykonaniem ćwiczenia po prostu robicie kilka kroków razem i na hasło poczekać razem się zatrzymujecie.**



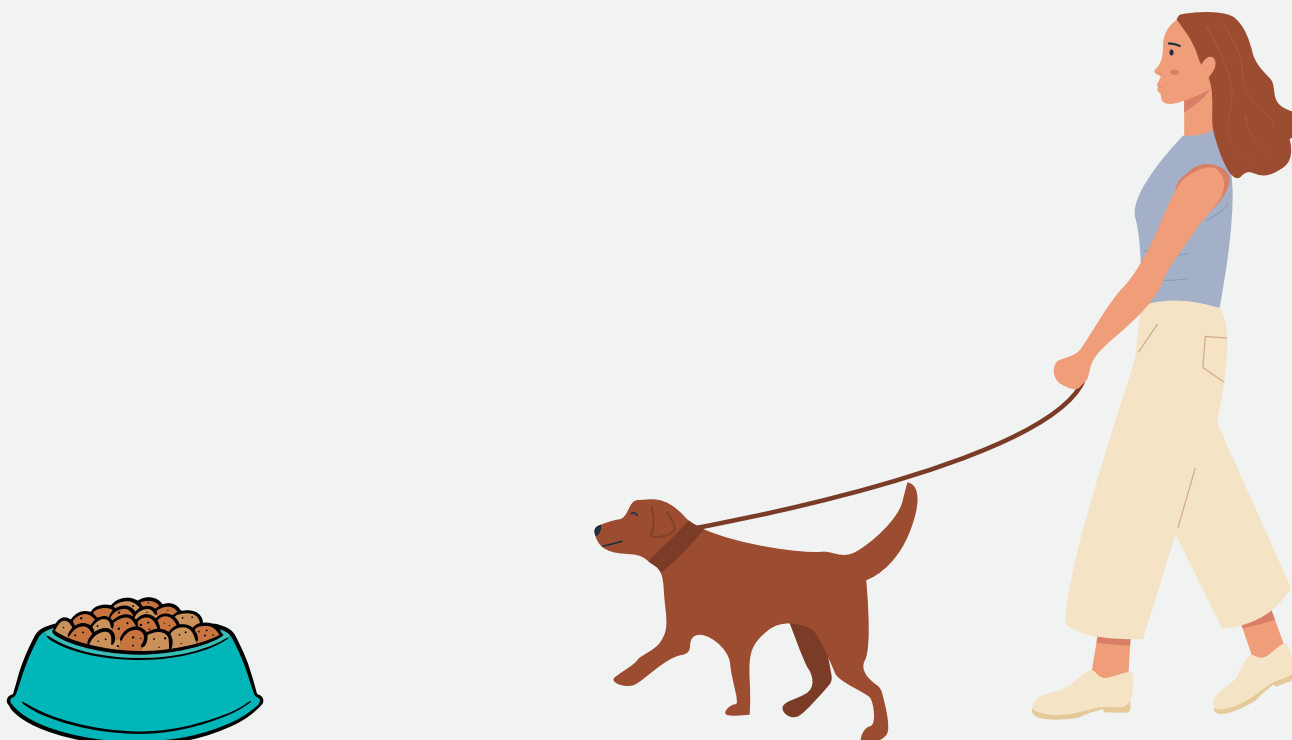
# Etap 5

1. Zostaw **pusztą miskę na ziemi** i **odejdź z psem na kilka metrów od miski**.
2. **Podejdź razem z psem w stronę miski, ale w połowie drogi powiedz „poczekaj”**. Pies powinien się zatrzymać, a **ty podejdź do miski, nasyp do niej smakołyków**, wyprostuj się.
3. Teraz **powiedz „proszę” i pozwól psu podejść i zjeść**.
4. Jeżeli psiak na hasło „poczekaj” zamiast się zatrzymać idzie dalej z Tobą do miski, **spróbuj na hasło zatrzymać się razem z nim** i dopiero podejdź do miski. Czyli dajesz psu wskazówkę swoim zatrzymaniem, że ma się zatrzymać.
5. Możesz psiakowi **pomagać dając mu po drodze smakołyki** (z kieszeni/ saszetki) i dając mu smakołyk, gdy się zatrzyma.
6. **Utrudniaj ćwiczenie** poprzez coraz rzadsze wydawanie smakołyków po drodze oraz nie zatrzymując się razem z nim, gdy idziecie do miski (mówisz poczekaj, pies się zatrzymuje, Ty idziesz dalej)



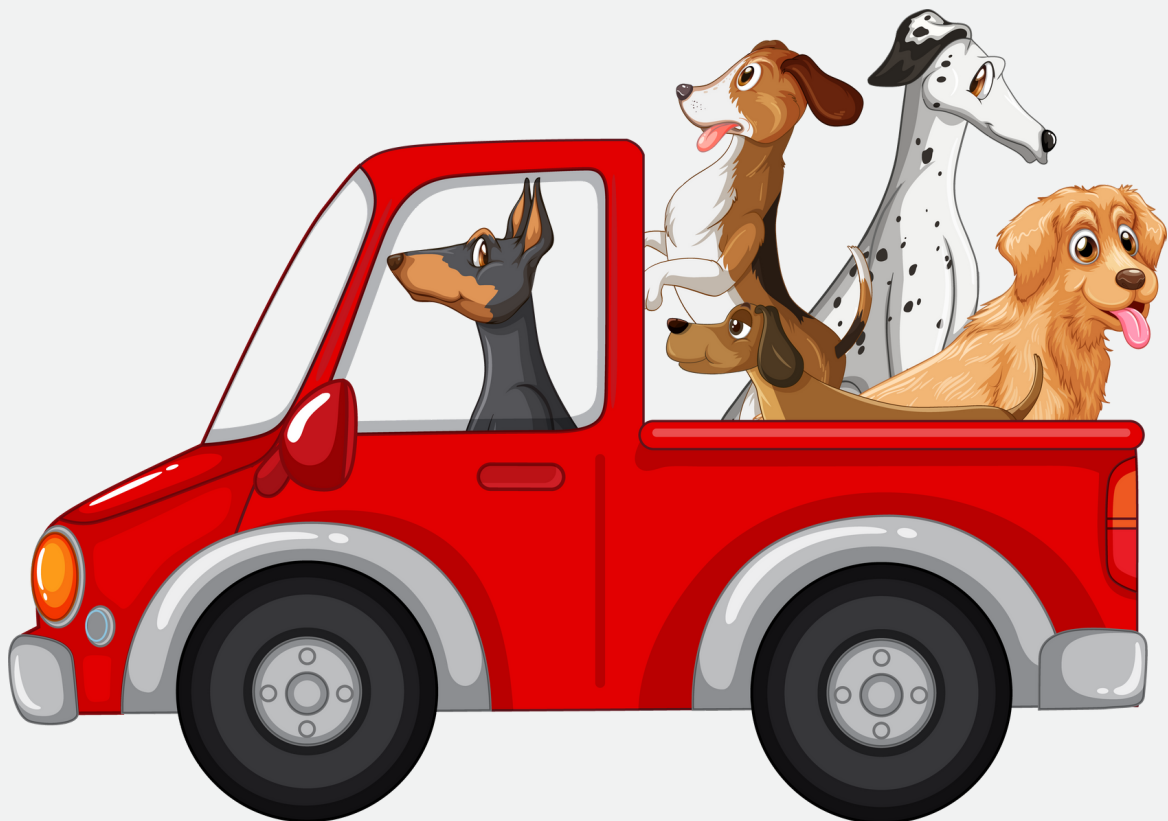
# Etap 6

1. **Poproś psa, aby usiadł**, jeżeli jeszcze nie umie zostawać w siadzie, załóż mu szelki/obrożę i smycz, a następnie przywiąż go do drzewa/słupka. Możesz też poprosić kogoś, aby po prostu przytrzymał psiaka.
2. **Nasyp do miski smakotyki i zostaw miskę na ziemi około 10 kroków od miejsca, w którym jest pies.**
3. Teraz **podejdź z psem, który jest na smyczy w stronę miski. W połowie drogi powiedz „poczekaj”**. Pies powinien się zatrzymać. Znowu możesz pomóc psu się zatrzymać, zatrzymując się razem z nim oraz pomóc psu wydając smakotyki.
4. Jeżeli się **nie zatrzyma, przytrzymaj go na smyczy i powiedz „proszę” dopiero, gdy rozluźni smycz**. (Tutaj zastanów się, czy poprzedni etap był dobrze wypracowany)
5. **Utrudniaj ćwiczenie** poprzez coraz rzadsze wydawanie smakotyków po drodze oraz nie zatrzymując się razem z nim, gdy idziecie do miski (Mówisz poczekaj, pies się zatrzymuje, Ty idziesz dalej)



# Etap 7

1. **Ćwicz w sytuacjach życia codziennego.**
2. Idź z psem, powiedz „poczekaj” (pies się zatrzymuje), odejdź kilka kroków, wróć do psa, nagródź i powiedz „proszę”. W tym wypadku „proszę” oznacza: „proszę, możesz iść dalej”.
3. **Spróbuj poćwiczyć z psem, gdy otwierasz mu drzwi samochodu, a on chce wyjść.** Powiedz poczekaj, nagródź i powiedz proszę.



# Podsumowanie

Pamiętaj, że każdy **etap może Ci zająć kilka dni, nawet tydzień albo i dłużej.**

**Nie śpiesz się.**

Staraj się nie prosić psa, aby długo czekał zanim dostanie jedzenie.

Gdy pies musi czekać długo, wzrasta w nim frustracja, która może zniechęcić go do ćwiczeń.

Nie nadużywaj tego polecenia. **Jest to trudne ćwiczenie dla psa.**

Jeżeli masz taką potrzebę użyj „poczekaj”, ale oprócz treningów raczej **nie proś o „poczekaj” bez wyraźnego powodu.**

Pamiętaj, że nauka może zająć nawet dwa, trzy miesiące, aż psiak będzie na 100% reagował na to hasłko.

Warto mieć „poczekaj” wyćwiczone na wysokim poziomie, bo na prawdę bardzo **przydaje się w codziennym życiu.**



*Emil Nestorowicz*