

EMIL NESTOROWICZ



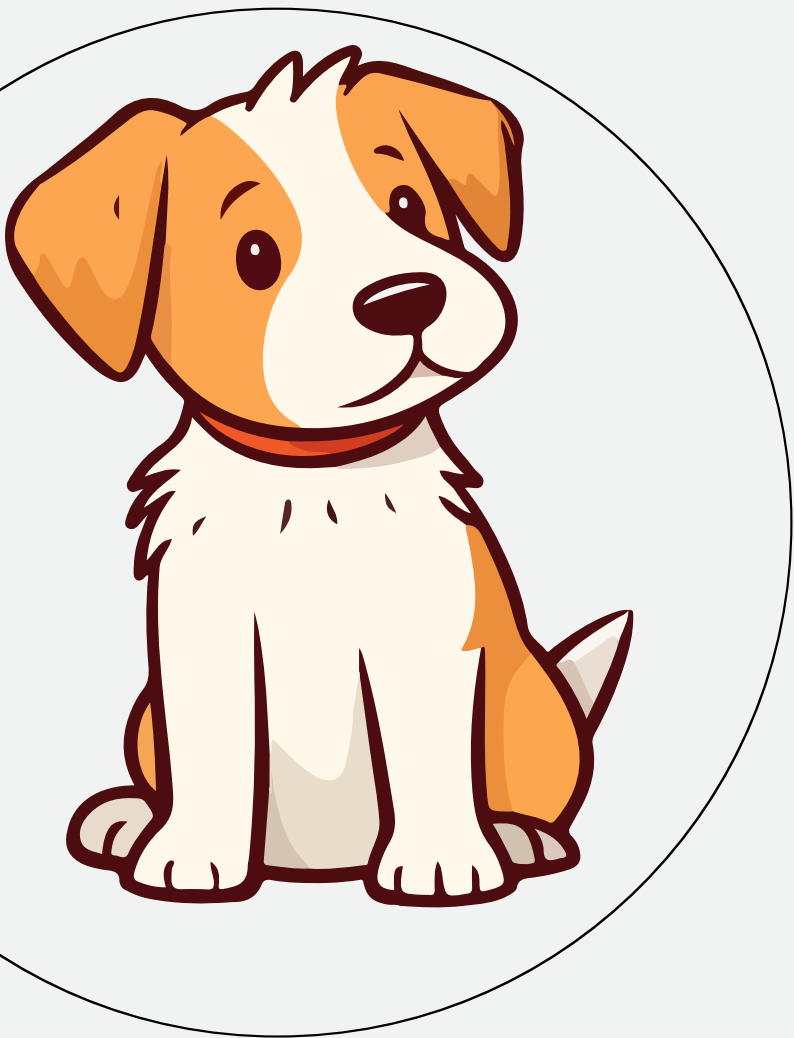
Siad!

KROK PO KROKU

**Przewodnik jak nauczyć
psa komendy SIAD**



**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.



**Do czego
potrzebujesz
komendy
SIAD**



Komenda "**siad**" jest często pierwszą, jakiej uczymy nasze psy - nie bez powodu. To nie tylko **prosta technicznie** komenda, ale przede wszystkim niezwykle **wszechstronne narzędzie** w codziennym życiu z psem.

Dlaczego "siad" jest tak ważny?

Aspekt bezpieczeństwa

Pies, który potrafi pewnie i szybko usiąść na komendę, jest bezpieczniejszy w wielu sytuacjach:

- Przed przejściem przez ulicę
- W zatłoczonych miejscach
- Podczas mijania innych psów
- W sytuacjach nagłych, wymagających szybkiej reakcji

Kontrola w codziennych sytuacjach

Pewny "siad" pomaga w rutynowych czynnościach:

- Zakładanie smyczy lub szelek
- Wycieranie łap po spacerze
- Szczotkowanie
- Przygotowywanie posiłku
- Otwieranie drzwi
- Wsiadanie do samochodu

Aspekt społeczny

Dobrze wytrenowana komenda "siad" jest nieoceniona w kontaktach społecznych:

- Witanie gości bez skakania
- Spokojne zachowanie w miejscach publicznych
- Wizyty u weterynarza
- Spokojne zachowanie w kawiarni czy restauracji
- Pozowanie do zdjęć



Fundament dalszego szkolenia

"Siad" to nie tylko pojedyncza komenda, ale również:

- Baza do nauki innych komend (np. "waruj", "zostań")
- Element bardziej złożonych sekwencji zachowań
- Sposób na uspokojenie psa i skupienie jego uwagi
- Podstawa do budowania samokontroli





Praktyczne zastosowania

W domu

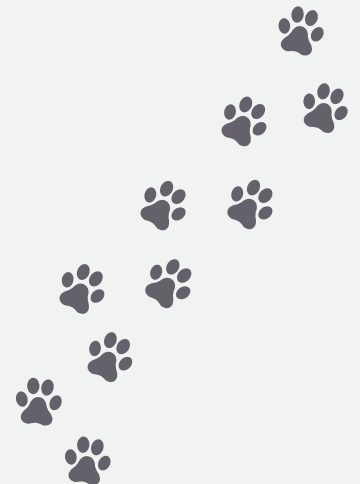
1. Kontrola zachowania przy posiłkach:
 - Siadanie przed podaniem miski
 - Spokojne czekanie podczas przygotowywania jedzenia
 - Alternatywa dla żebrania przy stole
2. Codzienne czynności:
 - Podczas wycierania łap
 - Przy zakładaniu kagańca
 - W trakcie czesania
 - Podczas ubierania się na spacer

Na spacerze

1. Elementy bezpieczeństwa:
 - Przed każdym przejściem przez jezdnię
 - Przy mijaniu innych psów
 - W zatłoczonych miejscach
 - Na przystanku
2. Sytuacje społeczne:
 - Podczas rozmów ze znajomymi
 - Przy witaniu z innymi ludźmi
 - W kolejce do sklepu
 - W komunikacji miejskiej

U weterynarza

1. W poczekalni:
 - Spokojne czekanie na wizytę
 - Kontrolowane witanie z innymi zwierzętami
 - Ułatwienie zachowania spokoju
2. Podczas badania:
 - Stabilna pozycja do oglądania przez weterynarza
 - Spokojne czekanie na zastrzyk
 - Ułatwienie przeprowadzenia badania



The background of the page is dark grey and decorated with several white paw prints of various styles, including solid and outlined versions, scattered around the central text.

**Korzyści
z komendy
SIAD**



Dla psa:

- Większa pewność siebie
- Jasne zrozumienie oczekiwań
- Redukcja stresu w nowych sytuacjach
- Rozwój samokontroli

Dla opiekuna:

- Większa kontrola w różnych sytuacjach
- Łatwiejsze wykonywanie codziennych czynności
- Spokojniejsze spacery
- Lepszy kontakt z psem
- Fundament do dalszego szkolenia





**Etapy
nauki**



Przygotowanie do nauki

Zanim przejdziemy do konkretnych technik nauczania komendy "siad", upewnij się, że masz:

- Odpowiednie smakotyki (wysokiej wartości)
- Spokojne miejsce do początkowych treningów
- Pozytywne nastawienie
- Cierpliwość
- Plan treningowy (opiszemy go w następnym rozdziale)

Każdy etap staraj się ćwiczyć najpierw w **spokojnym miejscu**, a potem wybieraj coraz trudniejsze miejsca np. Park, las, ulicę.

Etapy od 1-7 są **podstawą**, później możesz próbować rozproszeń, które są opisane w etapach od 7-12. Oczywiście nie musisz koniecznie dojść do poziomów tam opisanych.



Etap 1

Naprowadzanie smakotykiem

1. Weź smakotyki w zamkniętą garść.
2. Ustaw się, aby mieć psa przed sobą.
3. Daj psu powąchać smakotyki - pokaż, że masz go w dłoni.
4. Powolnym ruchem wyciągnij dłoń ze smakotykiem przed jego nos.
5. Płynnym, powolnym ruchem przesuwaj smakotyki lekko do góry - między uszy psa.
6. Jeżeli pies skacze do smakotyka - trzymasz go za wysoko.
7. Jeżeli pies się cofa lub kładzie - trzymasz go za nisko.
8. Jeżeli pies mimo wszystko konsekwentnie się cofa, możesz ustawić go tyłem do kącika w pokoju. Ściany powstrzymają jego ruch do tyłu i będzie musiał usiąść.
9. Nie zwracaj uwagi na próby wydostania smakotyka, które zaprezentuje Twój pies. Trzymaj smakotyki w tym samym miejscu dopóki nie usiądzie.
10. Gdy tylko pies usiądzie, wydaj mu smakotyki z ręki.
11. Aby zrobić kolejną powtórkę, powiedz komendę zwalniającą i wyrzuć smakotyki dwa kroki obok psa. Zachęć go do zerwania komendy.
12. Zrób kilka powtórek i zrób przerwę. W przerwie pogłasz psa, jeśli chcesz możesz się z nim pobawić. Możesz kucnąć obok psa - dać mu swoje wsparcie. Jeśli są to wasze całkowite początki treningowe, pies może być zdziwiony tym co robicie. Dlatego zakomunikuj mu swoim wsparciem, że wszystko zrobił dobrze i jesteś z niego dumna.

Etap 2

Pusta ręka

Przejdź do tego etapu, jeżeli pies już rozumie etap poprzedni i prawie za każdym razem, z łatwością siada, gdy go naprowadzasz smakotykiem. Nie zwlekaj z przejściem do tego etapu, im szybciej to zrobisz tym lepiej.

1. Zaczynij od dwóch powtórek takich jak w etapie 1.
2. Za 3 razem wykonaj dokładnie taki sam ruch, jak poprzednio, tylko tym razem nie miej smakotyka w ręku.
3. Najprawdopodobniej pies usiądzie (ręka pachnie smakotykiem, ruch jest ten sam).
4. Od razu nagródź go smakotykiem z drugiej ręki lub przetóż go do ręki, którą naprowadziłaś i nagródź z tej ręki (nie ma to znaczenia - rób jak Ci wygodnie, ważne jest tylko to, aby Twoja ręka była pusta w trakcie naprowadzania).
5. Po jednej takiej udanej powtórcie, wróć znowu do naprowadzania smakotykiem.
6. Po kilku powtórkach znowu spróbuj naprowadzić pustą ręką.
7. Ćwicz naprzemiennie i losowo. Czyli raz smakotykiem, raz pustą ręką, znowu smakotykiem, potem dwa razy pustą ręką, potem 3 razy smakotykiem itd itd.
8. Postaraj się, aby w każdej kolejnej sesji było coraz więcej powtórek, gdy naprowadzasz psa pustą ręką, a coraz mniej powtórek, gdy naprowadzasz psa smakotykiem.
9. W końcu pies powinien za każdym razem siadać, gdy jest naprowadzany pustą ręką.
10. Pomiedzy sesjami rób przerwy.

Etap 3

Gest

Przejdź do tego etapu, gdy pies prawie zawsze ładnie siada na naprowadzenie pustą ręką

1. Zaczynij od 2 powtórek - naprowadzania pustą ręką.
2. Za 3 razem naprowadzając psa dłonią uformuj ją w gest - dłoń zaciśnięta i palec wskazujący uniesiony do góry. (Gest może być inny to bez znaczenia)
3. Nadal pracujesz podobnie, jak w etapie 2, ale naprowadzasz psa gestem.
4. Staraj się ograniczać ruch naprowadzający.
5. Naprowadzaj psa coraz mniej obszernie, ale jednocześnie ciągle pokazuj palec wskazujący do góry.
6. W pewnym momencie pies powinien reagować na sam palec uniesiony do góry, już bez naprowadzania.
7. Nagradzaj każdą poprawnie wykonaną powtórkę.
8. Jeśli pies ma trudności i nie wie o co Ci chodzi, zmniejsz oczekiwania i cofnij się o krok lub dwa w treningu.



Etap 4

Komenda słowna

Jeśli pies siada za każdym razem, gdy pokażesz mu gest, możesz wprowadzić komendę słowną.

1. Zacznij od 2 powtórek, gdy prosisz psa o siad za pomocą gestu.
2. W kolejnej powtórcie najpierw powiedz „siad”, a potem pokaż znany psu gest.
3. Nigdy nie powtarzaj komendy! Jeśli pies nie chce usiąść możesz spróbować go naprowadzić.
4. Ćwicz tak przez minimum tydzień.
5. W pewnym momencie spróbuj zrobić większy odstęp czasu pomiędzy powiedzeniem siad i pokazaniem gestu.
6. Jeżeli dobrze przepracowałaś poprzednie kroki, to pies powinien już zacząć siadać zanim pokażesz gest.
7. Teraz powoli wycofuj gest. Rób naprzemiennie i losowo powtórki z użyciem gestu i z samą komendą słowną.
8. Jeśli pies nie rozumie, musisz po prostu poświęcić więcej czasu, aby zbudować skojarzenie słowa „siad” z czynnością siadania.
9. Pamiętaj, aby zawsze kończyć każdą powtórkę **komendą zwalniającą**.

Komenda zwalniająca - słowo lub gest, po którym pies może przestać wykonywać zadanie, np: ok, koniec, już



Etap 5

Zmiany pozycji przewodnika

Gdy pies siada już ładnie na komendę słowną, możesz zacząć prosić o siad, gdy jesteś w różnych pozycjach.

1. Ugnij delikatnie kolana i poproś o siad.
2. Ugnij mocniej kolana i poproś o siad.
3. Ugnij jeszcze mocniej...
4. Aż w końcu kucniesz, poprosisz o siad i pies siądzie. Sukces!
5. Podobnie postępuj próbując się położyć, albo stanąć najpierw bokiem, a potem tyłem do psa.
6. Każdą taką zmianę pozycji rozłóż na malutkie kroczki.
7. Jeżeli pies nie chce usiąść, albo podchodzi do Ciebie, spróbuj cofnąć się o jeden, dwa kroczki w treningu.



Etap 6

Czas

Przejdź do tego etapu, gdy pies niezależnie od Twojej pozycji wykonuje polecenie siad.

1. Poproś o siad i wydawaj smakotyki - jeden za drugim - wydłuż odrobinę czas siedzenia.
2. Stopniowo wydłużaj czas między jednym smakotykiem, a kolejnym.
3. Możesz użyć **KGS**, aby zakomunikować psu, że dobrze robi nadal siedząc.
4. Wymagaj różnego czasu siedzenia losowo - 2 sekundy, 3s, 6s, 2s, 3s, 5s, 1s.
5. Wydłużaj coraz bardziej czas siedzenia i odstępy między wydawaniem smakotyków.
6. W końcu pies powinien siedzieć kilkanaście, a nawet kilkadziesiąt sekund i dopiero zostać nagrodzonym.
7. Jeżeli pies wstaje, spróbuj jeszcze raz i zmniejsz oczekiwania.

KGS (*keep going signals*) - zachęta dla psa do kontynuowania zadania, sygnał, że musi jeszcze kontynuować zadanie i poczekać chwilę zanim nadejdzie nagroda. Przykłady: dobry pies, dooooooobrze.



Etap 7

Człowiek się rusza

Jeśli pies umie wysiedzieć kilkadziesiąt sekund, przejdź do tego etapu.

1. Poproś o siad i zacznij delikatnie poruszać nogami. Jeśli siedzi nadal możesz nagrodzić.
2. Z każdą powtórką poruszaj nogami coraz bardziej, aż będziesz mogła tańczyć kankana - tylko nie kopnij psa.
3. Na tym etapie nie musisz „zerować” psa, aby zrobić kolejną powtórkę. Jeśli psiak chętnie siedzi, możesz nagrodzić go, zostawić w siad i spróbować kolejnych dziwnych ruchów.
4. Jednak co kilka powtórek użyj **komendy zwalniającej** i zróbcie sobie **przerwę**.
5. Dodawaj również inne rozproszenia np. poruszaj rękami, rób przysiady, pajacyki.



Etap 8

Rozproszenia zewnętrzne

Przejdź do tego etapu, gdy psiak siedzi pomimo Twoich dziwnych ruchów.

1. Krok po kroczku dodawaj kolejne rozproszenia podobnie, jak w poprzednim etapie, ale tym razem niech to będą jakieś przedmioty, np. Flaga, parasol, zabawka (trudne).
2. Spróbuj prosić o komendę w trudnych sytuacjach np. gdy pies widzi rowerzystów lub dzieci grające w piłkę.
3. Początkowo proś o siad, gdy jesteście trochę dalej od rozproszeń, na które nie masz wpływu.
4. Pamiętaj, że nadal powinnaś być blisko psa, gdy siedzi.



Etap 9

Dystans

Jeżeli Twój psiak już jest całkiem niezły w siedzeniu i ogarnął poprzednie etapy, możesz spróbować ćwiczyć nad kryterium dystansu.

1. Poproś o siad i daj pół kroku do tyłu.
2. Wróć i nagródź.
3. Teraz daj cały krok, wróć i nagródź.
4. I tak dalej - naprzemiennie, losowo.
5. Początkowo poruszaj się powoli, później możesz odchodzić naturalnie, potem nawet odbiegać.
6. Początkowo odchodź tyłem, potem możesz się odwracać i odchodzić.
7. Początkowo odchodź na wprost od psa, potem możesz odejść w bok (łatwiejsze), a potem nawet do tyłu psa (trudne).
8. Oddalaj się na losowe odległości.
9. Podawaj smakotyki tak, aby nie prowokować psa do wstawania.
10. Docelowo oddal się na 15 kroków.

TIP

Jeśli dużo pracowałaś z psem nad podążaniem za Tobą, to możesz zacząć od dawania pół kroku i kroku w bok. Niektóre psy mają dużą chęć podążania za oddalającym się opiekunem i krok w tył może być dla nich sygnałem, że trzeba wstać i iść za opiekunem.

Etap 10

Schowaj się

Pies potrafi siedzieć, gdy jesteś daleko? Teraz postaraj się, aby nadal siedział, nawet gdy Cię nie widzi.

1. Poproś o siad i schowaj się przed psem na sekundę np. za drzwi, za róg budynku, za drzewo.
2. Wróć i nagródź.
3. Z czasem chowaj się na coraz dłużej.



Etap 11

Komenda z daleka

Jeśli pies siedzi nawet, gdy znikasz z jego oczu, możesz spróbować wydawać komendę z daleka.

1. Próbuj prosić o siad, gdy pies jest od Ciebie oddalony o krok.
2. Potem dwa kroki, potem znowu krok, potem 3 kroki itd, naprzemiennie losowo.
3. Jeśli chcesz spróbuj wydać komendę, gdy pies Cię nie widzi.
(Bardzo trudne)

Etap 12

Łączenie kryteriów

Jeśli pies opanował zadowalająco 11 poprzednich kryteriów możesz zacząć je łączyć.

1. Łącz różne utrudnienia ze sobą np. odejdź dwa kroki i poruszaj nogami.
2. Pamiętaj, pomimo że Twój psiak już fajnie opanował utrudnienia osobno, to gdy je potączysz mogą sprawiać mu dużo większą trudność. Dlatego na początku różnych potąceń zmniejsz wymagania.
3. Zaczynij łączyć kryteria w spokojnym miejscu.
4. Dostosuj wymagania do swojego psa.
5. Bądź cierpliwa.
6. Zawsze nagradzaj i używaj komendy zwalniającej.

Losowe nagradzanie

Jeśli jesteś zadowolona z efektów, które osiągnęłaś przerabiając wszystkie etapy, możesz przejść do nagradzania losowego.

Losowe nagradzanie to technika szkoleniowa polegająca na nieregularnym nagradzaniu psa za prawidłowe wykonanie komendy, zamiast nagradzania go za każdym razem. Początkowo nagradzamy psa zawsze, a następnie stopniowo przechodzimy do nagradzania tylko wybranych powtórzeń w sposób nieprzewidywalny. Metoda ta wzmacnia trwałość zachowania i zapobiega uzależnieniu wykonywania komendy od obecności nagrody.

Mam nadzieję, że ten materiał był dla Ciebie wartościowy. Na koniec pamiętaj - **komenda SIAD nie jest remedium na wszelkie problemy Twojego psa.**

Nie nadużywaj jej!

Pamiętaj o małych krokach, **nagradzaniu** - na początku nauki zawsze, a potem o nagradzaniu losowym.

Nie zapominaj używać **komendy zwalniającej!**

Powodzenia!



Emil Nestorowicz