

**HROU  
K DOBRÉMU  
VYCHOVÁNÍ**



# HROU K DOBRÉMU VYCHOVÁNÍ

## Play Your Way to Good Manners

Tato kniha byla vydána se záměrem poskytnout správné a směrodatné informace o pojednávaném tématu. Přípravě knihy byla věnována maximální pozornost, ovšem autor i vydavatel výslovně odmítají jakoukoli odpovědnost za případné chyby, vynechávky nebo negativní dopady používání nebo uplatňování informací, které jsou zde obsaženy. Používání uvedených technik a doporučení je ponecháno na vlastním uvážení čtenáře a nemůže nahradit veterinární péči. Pokud máte podezření na zdravotní problém, vždy se poradte se svým veterinářem.

Original English Language edition Copyright © 2019 by Kate Naito and Sarah Westcott and Fox Chapel Publishers International Ltd.

Fox Chapel Publishing Inc. All rights reserved.

Translation into the Czech language Copyright © 2020 by Jana Dušková, NAKLADATELSTVÍ PLOT.  
All rights reserved. Published under license.

Copyright © 2020 Kate Naito, Sarah Westcott  
Translation © 2020 Jana Dušková  
Czech edition © 2020 Nakladatelství PLOT

ISBN 978-80-7428-384-0



## JAK ZÍSKAT SKVĚLÉHO PSÍHO PARTÁKA POMOCÍ SPORTU, HER A TRIKŮ

**KATE NAITO**, CPDT<sup>™</sup>KA, MS  
**SARAH WESTCOTTOVÁ**, CPDT<sup>™</sup>KSA

SEZNAMTE SE S AUTORKAMI 6



ÚVOD 8



1  
ZÁKLADY: HLAVNĚ KLID 24



2  
JAK OZVLÁŠTNIT POKYNY  
SEDNI, LEHNI A ZŮSTA 50



3  
SPOLEHLIVÉ P  
IVOLÁNÍ 78



4  
JAK MAXIMÁLNĚ VYUŽÍT  
PROCHÁZKY NA VODÍTKU 102



5  
ROZTOMILÉ TRIKY 154



6  
AKTIVNÍ TRIKY 174



7  
HROU PROTI NUDĚ 194



8  
POKRA UJTE DÁL 214



ZDROJE 220



FOTOGRAFIE 222

PODĚKOVÁNÍ 223



# OBSAH

# SEZNAMTE SE S AUTORKAMI

Když půjdete po 21. ulici v klidné brooklynské čtvrti South Slope, bude se vám zdát na první pohled skoro stejná jako ostatní ulice lemované stromy. Tedy až na to překvapivě velké množství lidí se psy. A ti se tu scházejí proto, že tady sídlí Brooklynské výcvikové středisko pro psy (Brooklyn Dog Training Center), kde se učí dobrému chování a sportovním aktivitám nejrůznější psi z celého města, od baculatého štěněte corgiho po svalnatého křížence pitbulla.

Když vejdete, pravděpodobně vás uvítá **Sarah Westcottová, CPDT-KSA**, zakladatelka Psí akademie (Doggie Academy) i tohoto výcvikového střediska. Prakticky každý den ji najdete na chodníku s plnou hrstí sýra a nějakým psem, který se chová reaktivně na vodítku, nebo na všech čtyřech, jak kontroluje něčí domov, jestli je vhodný pro štěně, a nebo ve výcvikovém středisku, jak dává soukromé i skupinové lekce v agility a rally obedience. Když Sarah zrovna neučí, tak aktivně soutěží v několika psích sportech, mezi nimiž zaujímá přední místo agility. Její mladá borderka Fever závodí v agility na úrovni Masters a už se účastnila i Národního speciálního přeboru border kolíí.

Fever má i tituly z dockdivingu a triků a soutěží v dogfrisbee. Kromě ní má Sarah ještě jednoho psa, ten se jmenuje Hank, je to jedenáctiletý křížec labradora/černotříslového coonhonda a ještě stále závodí v agility. I Hank má několik titulů z rally obedience a triků. V Brooklynském výcvikovém středisku pro psy uplatňuje Sarah sportovní techniky a nácvik triků na nejrůznější situace, například když učí dobrým způsobům štěňata nebo pomáhá nějakému psovi překonat problém s chováním. Znalosti z trénování triků se jí hodí i jinde: Sarah působí jako trenérka zvířat a Hanka a Fever už jste mohli vidět i v různých televizních show a reklamách!

**Kate Naito, CPDT-KA**, je programovou ředitelkou pro dobré chování v Psí akademii a autorkou knihy *BKLN Manners™: Positive Training Solutions for Your Unruly Urban Dog (Výchova neukázn něho m stského psa pomocí pozitivního tréninku)*. Při psaní i při práci se zaměřuje na různé výchovné problémy, s nimiž

se potýkají majitelé psů ve městech, včetně otravného štěkání, potíží s chůzí na vodítku a rozjařeného vyskakování. Kate pomáhá klientům řešit za pomoci nenásilných metod i vážnější problémy s chováním, od reaktivity po hlídání zdrojů. Triky, hry a sporty používá nejen k tomu, aby u svých psích žáků docílila dobrého chování, ale i k tomu, aby jim poskytla zdravý ventil pro přebytečnou energii a příjemný způsob, jak si posílit sebedůvěru ve velkém hlučném městě. Například pachová práce je skvělý způsob, jak umožnit aktivnímu psovi vypustit páru, když je stísněn v uzavřeném prostoru, parkour a rally obedience mohou ozvláštnit procházku psa na vodítku a triky mohou nabídnout nadměrně bujnému štěněti klidnější alternativy k vyskakování na lidi a chňapání. Kate se věnuje i starším psům a psům z útulků se zvláštními potřebami a jejího psa Batmana a fenku Beans najdete v této knize na fotografiích, jak předvádějí nácvik některých užitečných chování. Batman je průbojný starší křížec čivavy, který jde do všeho na sto procent, ať se jedná o rally obedience, pachovou práci nebo parkour. Beans je milá citlivá jednooká kříženka čivavy/Jack Russell teriéra, která se těmto sportům věnuje na rekreační úrovni, ale její opravdovou vášní je barn hunt.

Když Sarah a Kate zkombinovaly své odborné zkušenosti, vznikla kniha Hrou k dobrému chování, která přistupuje k výchově způsobného chování zcela novou cestou: výhradně za pomoci sportu, her a triků. Tenhle přístup už funguje u klientů Psí akademie a u vás může fungovat také!



# ÚVOD

11

ZNÍ VÁM TO POVĚDOMĚ?

12

KONTROLUJTE SE!

13

PRO JSOU TRIKY UŽITE NĚ

14

PRO FUNGUJE POZITIVNÍ TRÉNINK

16

NA JAKÉM STUPNI VZDĚLÁNÍ JE VÁŠ PES?

17

PRO „PROBLÉMOVÉ DÍTĚ“

18

P EHLID PSÍCH SPORTŮ

Agility 18

Tanec se psem 19

Parkour 19

Rally obedience 20

Pachové práce 20

Jiné sporty 21

22

BEZPE NOST P EDEVŠÍM

23

JAK ÍST TUTO KNIHU



Je slunečná sobota a vy máte volno. Žádné plány, žádné prádlo v pračce, žádné maily v počítači. Co uděláte: půjdete do práce, nebo za zábavou?

To je asi dost směšná otázka, že? Jen málokdo z nás asi ve volný den radostně poběží do práce; velká většina lidí si radši půjde zahrát tenis, pustí si svůj oblíbený televizní seriál nebo si zajde poseďt s kamarády.

A teď si vezměte, jak je na tom váš pes, váš chlupatý společník, který má vlastně volno každý den. Kdybyste mu dali na vybranou, jestli chce jít do práce, nebo si chce hrát, co by asi tak zvolil? Stejně jako mezi námi existuje i mezi psy pár jedinců, kteří si libují v práci, ale většina z nich je šťastím bez sebe, když si mohou hrát nebo se jen tak poflakovat.

Samozřejmě víme (i když váš pes to možná neví), že život není jen zábava a hry. Někdy prostě pracovat musíme. I váš pes někdy musí pracovat, což v jeho případě znamená, že se musí chovat způsobně: musí řádně kráčet na vodítku, přijít na zavolání nebo sednout a zůstat na místě, i když se mu zrovna nechce. Ale proč by práce měla být nudná? Nebylo by pro vás i vašeho psa příjemnější, kdyby byla zábavná a radostná? Co kdyby ve vás práce vyvolávala pocit „já to *chci* udělat“, a ne „já to *musím* udělat“? Co kdyby už vůbec nevypadala jako práce a vy byste ji dělali dobrovolně,



dokonce i kdybyste vůbec nemuseli? Právě to je cílem knihy *Hrou k dobrému vychování*.

Výcvik by neměl být pro vás ani pro psa nepřijemnou povinností. Na následujících stránkách najdete všechny techniky, které potřebujete k tomu, abyste svého psa nenásilně naučili, jak se má způsobně chovat doma i venku. Tyto techniky vnáší do výcvikového procesu zábavu a dají se velmi snadno používat v běžném životě. Je to vlastně ucelený výchovný plán vypracovaný na základě různých psích sportů, her a triků.

Proč využívat při nácviku dobrého vychování sporty? Psí sporty se rozvíjejí obrovským tempem a má to svůj důvod: psi je prostě milují! A když pes a psovod provozují nějaký sport, tak se přitom učí spoustu užitečných dovedností, které pak mohou aplikovat v každodenních situacích. Psi, kteří se věnují agility, musí komunikovat s psovodem i ve vysoké rychlosti a na dálku. Určitě si dovedete představit, jak se to může hodit, když potřebujete upoutat pozornost psa na místě plném rušivých vlivů, například v psím parku. Podobně psi, kteří soutěží v rally obedience, vykazují při chůzi na vodítku dovednosti, jaké jim jiní majitelé psů mohou závidět. Každý sport má i nějaký pozitivní přínos pro vychování. Proto v téhle knize najdete nejrůznější prvky, které se používají v psích sportech. Navíc pokud byste se rozhodli nějakému psímu sportu v budoucnu věnovat, tak už budete mít pořádný náskok!

V knize najdete i spoustu her, které si se svým psem můžete zahrát. My lidé máme rádi hry, ať je to fotbal, nebo šachy. Naši psi se od nás příliš neliší. Často se snaží jiného psa nebo i nás vyprovokovat k honičce, přetahování, aportování nebo zápasení. Lidé a psi jsou ve světě živočichů zvláštní tím, že si zachovávají hravost do dospělosti, zatímco většina ostatních živočišných druhů si v dospělosti zdaleka tolik nehraje.

Patricia McConnellová ve své knize *The Other End of the Leash (Na druhém konci vodítka)* přirovnává člověka i psa k Peteru Panovi, protože si stejně jako on zachovávají dětinskost (ve vědeckém, nikoli pohrdavém slova smyslu) ještě dlouho po ukončení dospívání. Pojďme využít tuto celoživotní hravost k interakci s našimi psy, při které je zároveň i něco naučíme. V téhle knize najdete hry od přivolání po hry s pachy. V širším slova smyslu je vlastně každé chování v téhle knize hrou; vy i váš pes jste dvoučlenný tým, který hraje tréninkovou hru s určitými cíli, a když váš tým tyto cíle splní, tak oba vyhraje.

A pak jsou tu triky. Proč je učení triku, jako je například „podej pac“, zábavnější než nácvik chování z oblasti poslušnosti, například „zůstaň“? Vždyť postup je skoro stejný, obsahuje prvky jako pokyny, označování, odměňování a tak dále. Rozdílný je ovšem postoj psovoda. Když psa učíte, aby vám podal tlapku, tak tam není žádné nucení, žádný stres, žádné požadavky přátel a rodinných příslušníků, abyste teď hned dokonale předvedli podání tlapky. Zatímco když učíte „potřebné“ chování, jako je „zůstaň“, tak je přítomen pocit tlaku, že musíte splnit své požadavky (a očekávání druhých) na to, jak se má chovat způsobný pes.

Od klientů často slyšíme například takovýto povzdech: „Příští týden k nám přijede tchyně, která se bojí psů, takže Buster se prostě musí naučit zůstat na místě na povel.“ Propánakrále. Kombinovaný stres ze složitého chování, které je třeba nacvičit, z šibeniční lhůty a rodinné dynamiky určitě způsobí, že až se Buster bude učit pokyn „zůstaň“, tak v tom nebude vůbec žádná radost. Pak není divu, že se pes naučí „podej pac“ rychleji než „zůstaň“. Při tricích jsme schopni se uvolnit. Když jsme uvolnění, dokážeme se psem lépe komunikovat a poskytovat mu pozitivní zpětnou vazbu. Díky tomu pak můžeme postupovat

rychleji a výsledky jsou trvalejší. A nejlepší na tom je, že triky se dají v mnoha směrech využít i v praxi. Například když váš pes klidně sedí na rodinné sešlosti a podává packu jednomu členovi rodiny po druhém, nedělá vlastně zároveň mnohokrát po sobě i „zůstaň“?



## ZNÍ VÁM TO POVĚDOMĚ?

Debra a Marcus, veselý brooklynský pár, přivedli do Brooklynského výcvikového střediska pro psy svou tříletou fenku havanského psíka Lolou na soukromou lekci u Kate. Těšili se, že s Lolou začnou chodit k Sarah na agility, ale nejdřív chtěli absolvovat aspoň základní výcvik. Jejich druhý pes, roční kříženec teriéra jménem Buttons, pobíhal kolem „jenom jako divák“. V prvních několika minutách nechala Kate oba psy, aby se proběhli po výcvikovém středisku a seznámili se s jeho úžasnými vůněmi a zajímavými překážkami na agility. Lola, adeptka na agility, chvíli s částečným zájmem čichala po zemi a nakonec se usadila poblíž Deby. Její mladší bráška Buttons mezitím skoro lezl po zdech, divoce pobíhal mezi Debrou a překážkami rozloženými na zemi. Debra a Marcus vysvětlovali, že doma Lola jen zřídka něco zničí nebo zlobí, zatímco Buttons rozkouše všechno, co se dá, a při sebemenším zvuku se rozštěká. Ani jeden ze psů do té doby neprošel žádným oficiálním výcvikem.

„Myslíte, že Buttons je trochu... mimo?“ Marcusova otázka Kate na chvíli zaskočila. I když se totiž oba dívali na stejného psíka, vykládal si každý z nich jeho povahu úplně jinak. Jistě, Marcus, Debra i Kate viděli divoké dítě, mrňavé klubičko energie neschopné soustředit se déle než zlomek sekundy. Pro Buttonsovy majitele to znamenalo nestabilitu, nedostatečnou inteligenci a nevyvíčitelnost. Na druhé straně Kate viděla přesný opak: psa, který s radostí zkoumá své prostředí, ale také má velký zájem o své lidi, protože k nim co chvíli sám od sebe přibíhá, i když ho k tomu vůbec nevychovali. Kate hned věděla, že Buttons se bude cvičit snáz než jeho starší sestřička Lola, která se nijak zvlášť nezajímala o své okolí.



**A pro zábavu, nebo na závody, trénink agility prospívá psům i duševně.**

Nakonec se Debra s Marcusem rozhodli zapsat na lekce dobrého vychování oba psy. Na konci první lekce oba jen žasli nad tím, s jakou radostí se Buttons zapojil do výcviku. Sedal před majiteli i bez pokynu a dospěl k názoru, že přibíhat k nim na zavolání je ta nejzábavnější činnost na světě. Lola, o které si původně mysleli, že je chytřejší,

protože doma tolik nezlobila, se dala motivovat mnohem obtížněji. Splnila Debře několikrát pokyn „sedni“, ale pak si odešla zdřímnout, a přijít na zavolání jí zpočátku vůbec nestálo za námahu. Není třeba říkat, že když se náš pár dostavil na první trénink agility, tak přivedl Buttonse, zatímco Lola se potloukala kolem „jenom jako divák“.

## KONTROLUJTE SE!

Proč si Debra a Marcus mysleli, že je Buttons „mimo“? Bylo to způsobeno jeho nedostatečnou kontrolou impulzů. Doma vyskakoval na stůl, zuřivě štěkal na ptáky a kradl ponožky po tuctech. Při procházkách na vodítku se dotýkal země jen zadními tlapkami a z vodítka ho vůbec nepouštěli, protože už několikrát utekl a nedal se přivolat. Zkrátka a dobře zlobil. Ve skutečnosti však Buttons přímo křičel: „Kde jste kdo – cvičíte mě!“ Miloval interakce se svou člověčí rodinou, užíval si pamlsků a hraček a měl spoustu energie. Psi, kteří milují výcvik a trénování, jsou velmi často psi, kteří *potřebují* cvičit a trénovat; jinak vám budou ničit nábytek, k vašim hostům se budou chovat jako k boxovacím pytlům a štěkat budou při sebemenším podnětu.

Psi, stejně jako lidé, se nerodí s kontrolou impulzů. Pes, který vám vyškubne z ruky míček, se nijak zvlášť neliší od batolete, které jinému batoleti ukradne hračku. Oba si myslí: „Já to chci,“ a prostě zareagují. V případě psů je úkolem nás majitelů, abychom je naučili, že to, co chtějí, dostanou, jedině když se budou chovat způsobně. Když se nechají vést svými impulzy, tedy když třeba budou vyskakovat na člověka, který drží míček, tak se k míčku nedostanou. Naopak když se zachovají způsobně, tedy když si pěkně sednou, tak jim člověk míček hodí. Žádné sednutí, žádný míček.

Někteří majitelé považují zlobení svých psů za projev jejich osobnosti a mají strach, že když

## HANKOVA CESTA

Když si Sarah adoptovala křížence labradora Hanka, brzy zjistila, že je přímo ztělesněním „zlobivého“ psa. Když byl Hank mladý, bývala z něj často vyčerpaná, protože ho pořád musela hlídat. Stačil zlomek sekundy bez dozoru a už čůral do postele, kousal polštáře na gauči nebo vymýšlel jiné neplechy. A nejhroší bylo, že mu nijak nezáleželo na společnosti Sarah. Když si sedla na zem, aby si s ním pohrála, tak si okamžitě běžel udělat pohodlí do nejbližšího koutku místnosti. Opravdu to nebyl nijak uspokojující vztah. Jelikož se Sarah s Hankem příliš nedařilo doma, rozhodla se, že s ním začne chodit na agility, aby mu poskytla ventil pro přebytečnou energii a aby spolu zároveň dělali něco zábavného. Při tréninku měl Hank za úkol udělat určitý cvik a Sarah ho za to odměňovala sýrem, kuřecím masem nebo pískací hračkou. Díky tomu Hank najednou pochopil, že Sarah je vlastně úžasná. Při agility se naučil oceňovat společnost Sarah na tréninku a díky tomu si s ní postupně začal budovat vztah i v běžném životě. Začal jí věnovat mnohem větší pozornost, protože to ona mu dávala pokyny a díky nim pak získával svůj sýr. To, že se spolu naučili komunikovat zábavnou cestou, způsobilo, že se Hank začal úspěšně rozvíjet a postupně získal spoustu nejrůznějších titulů v agility, rally obedience i v dalších disciplínách. I teď, víc než deset let po svém prvním tréninku agility, mívá Hank občas náročnější chvíle, ale stal se z něj spolehlivý závodník, na procházkách se mu dá věřit, i když je puštěný z vodítka, a především je to šampion všech mazlíčků.



budou takového psa cvičit, tak tím utlumí jeho elán. Podle našeho názoru je tomu přesně naopak: když budete svého bujného psa cvičit pozitivním nenásilným způsobem, můžete jeho elán směřovat ke zdravým a způsobným činnostem, které pak přinesou radost jemu i vám. Když psovi poskytnete vhodný ventil pro jeho energii prostřednictvím výcviku založeného na pozitivním posilování, obohatíte tím jeho život a dáte mu do tlapek nástroje k vhodné interakci se světem, který ho obklopuje. Když si zajdete na závod agility nebo na jinou sportovní akci, uvidíte, že je tam plno psů, kteří v sobě mají doslova turbonáboj. Ale tihle psi mají možnost smysluplně zaměřit svou energii; mají smysl života. Bez aktivit, jako je agility, dogdancing (tanec se psem) nebo rally obedience, by měli spoustu energie, se kterou by nevěděli, co si počít.

Na to, aby byl váš pes vychovaný, se nemusí stát superhvězdou agility. Tahle kniha vám při-

blíží základy nejrůznějších sportů, takže váš pes bude moci těžit z trénování sportů, her a triků, aniž by byl pod soutěžním tlakem.

## PRO JSOU TRIKY UŽITE NÉ

Výcvik má být zábavný. To už jste pravděpodobně někdy slyšeli. Ale cvičit psa, aby způsobně chodil na vodítku nebo aby seděl, když si ho chce někdo pohladit, nijak zábavné nebývá. Když se soustředíte na všechny „problémy“ svého psa a očekáváte konkrétní výsledky výcviku, tak to vám i psovi může způsobovat zbytečný stres.

Když budete naopak učit psa triky, tak to nebude zdaleka tak stresující jako obvyklý výcvik „poslušnosti“. Když psa učíte nějaký trik, tak to většinou děláte jen pro osobní potěšení („Já to chci dělat“), ne proto, abyste vyřešili nějaký problém s chováním nebo vychováním („Já to musím udělat“). Proto je váš postoj mnohem uvolněnější.

Vy i váš pes si celý proces dokážete užívat, i když zvládnutí triku může trvat dlouhé týdny. Jelikož ke cvičení přistupujete s otevřeností a s žádným zvláštním očekáváním, nemusíte se cítit nijak stresovaní. A věřte nevěřte – vy i váš pes máte o zábavu postaráno a zároveň se učíte rychleji, než jste čekali.

Jen si vzpomeňte na malého Buttonse, jehož ochoty k učení si jeho člověčí rodina vůbec nevšimla. On si chtěl jen hrát a běhat a skákat a oni to považovali za neposlušnost. Ale jakmile se jim podařilo nasměrovat jeho překypující energii produktivně, tak se začal učit velmi rychle. Pro něj byla chůze na vodítku a pokyny jako „sedni“ a „zůstaň“ hrou, nepovažoval to za žádnou dřinu. A dokud bude jeho rodina přistupovat k výcviku jako k zábavě, tak on bude s radostí spolupracovat.

Tahle kniha není v první řadě knihou o tricích. Ano, obsahuje nejrůznější triky, které mají praktické využití, a také cviky používané v psích spor-



tech a hrách, ale to hlavní je, že se váš pes s jejich pomocí může naučit způsobnému chování. Ať si z téhle knihy vyberete jakékoli chování, doporučujeme vám, abyste ho považovali za trik nebo za hru, při které se vy a váš pes budete společně učit něco zábavného. Žádné posuzování, žádné očekávání. Prostě se těšte ze své cesty.

Jak už bylo řečeno, při výcviku a trénování psa byste se měli soustředit spíš na to, co „chcete“, než na to, co „musíte“. Až budete procvičovat chování z následujících kapitol, mějte tuto myšlenku neustále na paměti a průběžně se ujišťujte, že opravdu chcete cvičit. Pro vašeho psa je postoj „chtění“ zásadní. Pokud bude mít při výcviku pocit, že je to hra, tak bude skákat radostí, až začnete procvičovat nové chování, a bude zklamaný, až bude lekce končit. Pokud s vámi naopak nebude chtít cvičit, tak se budete za sebemenším pokrokem usilovně pachtit a to, co nacvičíte, pravděpodobně stejně nezůstane natrvalo. Když bude mít kterýkoli z vás dvou pocit, že výcvik není zábava, ale práce, tak je načase dát si pauzu a zamyslet se. Pokud to nejde jinak, uložte dané chování k ledu a zkuste něco jiného, jen tak pro zábavu.

## PRO FUNGUJE POZITIVNÍ TRÉNINK

Vzpomeňte si, jaký učitel, trenér nebo rádce na vás měl v životě největší vliv. Určitě ten, který vás motivoval a možná vás dokonce dovedl až k určité akademické nebo profesní dráze. Jaké měl vlastnosti? Dobrý učitel obvykle:

- vysvětluje látku jasně, aniž by přeskakoval příliš dopředu nebo se naopak zbytečně dlouho zabýval nějakým detailem;
- zapojí vás do procesu učení a ocení váš úspěch, dokáže ve vás vyvolat vzrušení z učení nových věcí;
- metodicky vás popohání, abyste pracovali usilovněji, učili se víc a rozšiřovali své schopnosti;

- ví, jakým tempem vás má učit a kdy vás má přestat popohánět;
- a naslouchá vám bez posuzování.

A teď si představte sami sebe na místě učitele a svého psa Scouta na místě žáka. Právě ho chcete naučit aportovat, což je dlouhá sekvence úkonů, při které pes běží za hrozeným míčkem, zvedne ho, přinese vám ho zpátky a pustí vám ho k nohám. Pokud nebudete k aportování přistupovat metodicky a jasně, nebude Scout schopný plnit vaše pokyny. Bude frustrovaný a vzdá to. Když ho potrestáte za to, že dělá chyby, které jsou mnohdy způsobené jen tím, že nechápe vaše pokyny, tak ztratí motivaci ke spolupráci s vámi. Kdo by chtěl hrát hru s partnerem, který pořád křičí? Aportování má být zábavná hra, kterou si se psem společně užíváte, ale když k ní nebudete přistupovat s negativním postojem nebo budete dávat nejasné pokyny, tak se z vás mohou brzy stát soupeři.

Během výcviku jste vy i pes ve stejném týmu, ale vy jste trenér. Stejně jako vás váš oblíbený trenér vždycky podporoval, tak byste měli vy podporovat svého psa. Když budete trénovat tímhle způsobem, tak budete oba s radostí spolupracovat a postupovat ke stejnému cíli. Pokud to kteréhokoli z vás přestane bavit nebo na vás nějaký úkol bude moc náročný, je načase, abyste si oba dali pauzu a zamysleli se nad tím, jak překážku překonat společně. Takovýto pozitivní přístup vypadá jednoduše a teoreticky také jednoduchý je. V praxi ovšem míváme sklon k tomu, že když pes nereaguje tak, jak bychom chtěli, začneme se rozčilovat a pak je až příliš snadné začít svalovat vinu na „paličatého“ psa. Takže když trénujete, tak se snažte pořád myslet na sebe jako na toho trenéra, jakého byste chtěli mít i vy sami. Pokud takovým trenérem nedokážete v danou chvíli být, je nejlepší dát si pauzu.

Proč pořád používáme slova jako „učitel“, „trenér“ a „partner v týmu“, když mluvíme o vaší roli



**Pozitivní trénink znamená, že k vám pes bude vždycky přibíhat s radostí.**

psovoda? Mnozí majitelé chtějí, aby je pes považoval za *v dce*. „Vůdce“ je významově zabarvený termín související s výcvikem psů, a když vám půjde jen o to, abyste si udrželi pozici vůdce smečky, může vám to způsobovat zbytečný stres a vy se pak budete chovat k psovi konfrontačním nebo nelaskavým způsobem. Ale máme dobrou zprávu! Když budete se psem jasně komunikovat a odměňovat ho, když udělá to, o co jste ho požádali, tak už se vlastně budete chovat jako dobrý vůdce. Jinými slovy, budete uskutečňovat vedení zcela přirozeně svými činy. Přirozený vůdce nemusí dokazovat své vůdčí kvality; jeho vedení je založeno na tom, jak se chová. Když budete dodržovat zásady z téhle knihy, tak svému psovi budete při výcvikovém procesu dávat najevo, že jste jeho vůdce tím, že mu dokážete jasně sdělovat, co od něj očekáváte a že odměňujete jeho výkony. Tak pro něj budete někým, koho bude *chtít* následovat, a ne někým, koho *musí* následovat.



## NA JAKÉM STUPNI VZDĚLÁNÍ JE VÁŠ PES?

Už jste se někdy dostali do třídy, kde byli ostatní příliš pokročilí na vaše schopnosti? Představte si tuhle situaci: Filozofie pro začátečníky je plná, tak se místo toho zapíšete do kurzu filozofie pro pokročilé. říkáte si: *Nemělo by to být tak těžké, ne?* Ale už po prvním týdnu zoufale sedíte a jen si pořád dokola opakujete: „Myslím, tedy jsem.“ A po druhém týdnu jdete poprosit tajemníka fakulty, aby vám vrátil poplatek za kurz, a začnete rozprodávat učebnice. Kdybyste byli naopak začali kurzem na té správné úrovni, tak se vám látka mohla líbit a mohli jste se s potěšením postupně dopracovat i na vyšší úroveň.

Podívejme se ze stejného úhlu na výcvik psů. Jako laskavý učitel nepožadujte od svého psiho žáka chování, která jsou v dané chvíli nad jeho schopnosti. Zajistěte mu úspěch tím, že od něj budete žádat jen to, co je schopen zvládnout. To se týká obzvlášť přítomnosti rušivých vlivů. Psi se obvykle dovedou naučit způsobnému chování doma, ale jakmile s nimi vyjdete ven, výcvik se zhroutí. Proč? Protože při učení doma nejsou přítomny žádné rušivé vlivy; pes vlastně plní úkoly na úrovni základní školy. Dávat pozor a chovat se

způsobně venku, to už jsou úkoly na úrovni vysoké školy, protože kolem poskakují veverka, po cestě procházejí jiní psi a jejich majitelé a cestu lemují lákavé odpadky. Očekávali byste snad od žáčka třetí třídy, že dokáže plnit vysokoškolské úkoly? Samozřejmě že ne. Takže byste ani od svého psa neměli očekávat, že zvládne venku všechny rušivé vlivy, pokud jste ho na to předtím nepřipravili postupně ve všech potřebných krocích.

Když cvičíte psa, položte si vždycky otázku: *Na jakém stupni vzdělání je můj pes u tohoto chování?*

U některých chování je možná ve školce, zatímco u jiných už má třeba i doktorát. Tady je příklad pro pokyn „zůstaň“.

- **Školka:** Sadie dokáže posedět jen pár sekund.
- **První stupeň základní školy:** Sadie zůstane na místě v obývacím pokoji, když tam není nikdo jiný.
- **Druhý stupeň základní školy:** Sadie zůstane na místě v obývacím pokoji, když je tam někdo z rodiny.
- **Nižší střední škola:** Sadie dokáže zůstat na místě na vašem dvorku nebo na prázdném chodníku.
- **Střední škola:** Sadie dokáže zůstat na místě na vašem dvorku, když si tam hrají děti, nebo na chodníku, kde se někdo pohybuje v dálce.
- **Vysoká škola:** Sadie dokáže zůstat na místě na trochu rušné ulici.
- **Postgraduální fakulta:** Sadie dokáže zůstat na místě na rušné městské ulici, nebo když k vám domů přicházejí klidní lidé.
- **Doktorát:** Sadie dokáže zůstat na místě kdekoli, i když lidé přistupují přímo k ní. Dokáže zůstat na místě, když u dveří zazvoní zvonek a vejdou hosté, řemeslníci nebo jiní cizí lidé.

To je spousta různých úrovní! Někdy máme takovou radost, že se náš pes naučil nějaké nové

chování nebo trik, že ho začneme příliš rychle nutit, aby postoupil příliš daleko. Proto používejte toto vodítko úrovní; upravte si ho podle potřeby tak, abyste mohli vést výcvik psa metodicky a aby pro něj byl stále zábavný.

## PRO „PROBLÉMOVÉ DÍTĚ“

Mnoho lidí si myslí, že jejich pes není připravený na trénování triků nebo psích sportů, protože ještě nemá základní vychování. Ve skutečnosti je tomu ale přesně naopak, věřte nebo nevěřte. Ve spoustě případů právě psí sporty a zábavné triky pomáhají psům učit se způsobnému chování a stabilizovat emoce. Úzkostliví psi se mohou díky zábavným kontaktům se světem zbavit strachu. Vzrušiví psi se při sportech, hrách a tricích naučí soustředit na daný úkol. Zábavné aktivity jako ty, které jsou popsány v následujících kapitolách, dávají i panovačným psům důvod, aby trpělivě naslouchali psovodovi.

Věřte nebo ne, Sarah se svou border kolii Fever nikdy neabsolvovala jedinou lekci způsobného chování, ani ji neučila typické pokyny, které většina majitelů považuje za standardní, jako například „nech“. Nikdy totiž nemusela! Díky základnímu tréninku, který Sarah s Fever absolvovala kvůli agility, nebylo zapotřebí učit ji pokyn „nech“ a jiné pokyny pro kontrolu chování. Díky sportovnímu tréninku si Fever vypěstovala kontrolu impulzů, která není založená na tom, že by jí někdo říkal, kdy má něco nechat být. Když totiž například vidí nějaký předmět a není si jistá, jestli si ho může vzít, tak se nejdříve podívá na Sarah. Když někomu upadne na zem něco k jídlu, počká Fever, až jí Sarah řekne, jestli si to může vzít. A když se z jakéhokoli důvodu chystá udělat nesprávné rozhodnutí, třeba když se blíží k nakousnutému sendviči u cesty, stačí, aby Sarah řekla její jméno, Fever k ní otočí hlavu a Sarah ji může pochválit a odměnit přímo vedle toho lákavého „pouličního



Trénink vede ke způsobnému chování i v životě.

masa“. Kdykoli se Fever rozhodne správně, je to většinou díky sportovnímu tréninku, který má za sebou. Navíc měla Fever k tréninku a k paničce odjakživa pozitivní postoj, což jí už samo o sobě poskytlo solidní základy pro dobré vychování.

Katina fenka Beans je v mnoha ohledech přesným opakem Fever, ale ze zábavného tréninku těžila stejně jako ona. Beans, jemná a citlivá psi holčička, považovala dříve svět za velmi děsivé místo. Jelikož Kate věděla, že Beans je spíš typický domácí mazlíček než závodník, přistupovala k jejímu tréninku s menším zaměřením na výsledky a větším soustředěním na budování důvěry a komunikace. Proto když ji například učila sednutí u nohy, soustředila se mnohem víc na Beansin postoj k tomuto chování než na dokonalé provedení. Bavilo Beans tohle opakování? Ne? Dobrá, tak příště udělám něco jinak. Možná byla moc blízko u zdi a měla z toho stísněný pocit. Tak jí příště poskytnu větší prostor. Díky tomu, že s ní dělala rally obedience a parkour tímhle způsobem, zvykla si Beans na spoustu situací, které jí zpočátku děsily. Nakonec se z ní dokonce stal



Katin „předváděcí pes“, se kterým ukazuje žákům Brooklynského výcvikového střediska pro psy, jak provádět určité činnosti při chůzi na vodítku a kontrole impulsů.

## P EHLED PSÍCH SPORTŮ

Dovednosti, které se naučíte v téhle knize, jsou převzaté z nejrůznějších psích sportů, jejichž popularita rok od roku roste. Možná už jste některý viděli nebo si ho dokonce vyzkoušeli, zatímco jiné pro vás budou úplně nové. V téhle kapitole najdete stručný přehled sportů, které ovlivnily nácvik chování popsaný v téhle knize. Nemůžeme sice zaručit, že z vašeho psa uděláme šampiona v agility nebo že mu zajistíme práci u záchranářů, ale doufáme, že když vás seznámíme se základními i pokročilými cviky používanými v psích sportech, tak se je naučíte používat zábavným způsobem v praxi a podpoříte tím u svého psa základy způsobilého chování. Samozřejmě že pokud vás a vašeho psa některé aktivity z téhle knihy zaujmou, doporučujeme vám, abyste se porozhlédli po specializovaném tréninku daného sportu. V kapitole 8 najdete možnosti, jak se těmto sportům věnovat intenzivněji než na rekreační úrovni.

### AGILITY

Agility je psí sport zaměřený na přesnost a rychlost, při kterém pes za běhu překonává překážky. To mohou být nejrůznější skokové překážky (včetně kruhu, dvojskoku a dálky), tunely, slalom, kladina, áčko nebo houpačka. Překonání každé překážky má svá pravidla a úkolem psovoda je vést na ně psa po dráze zvané parkur ve správném pořadí, co nejrychleji a nejefektivněji.

Agility má mnoho příznivých účinků na chování. Představuje skvělý ventil pro aktivní psy, protože spaluje duševní i fyzickou energii. Nervózním psům může pomáhat zvyšovat sebe-



**Agility je aktivita v rychlém tempu, která baví psa i psovoda.**

důvěru díky radosti z drobných úspěchů, například z prvního úspěšného proběhnutí tunelem. A navíc je to fantastický způsob, jak si se psem budovat vzájemnou vazbu. Vy máte radost z toho, že váš pes zvládá nové věci, a pes má radost z pochval a odměn, které za to od vás dostává.

Při agility je nezbytné soustředit se na týmovou práci, protože každý parkur je jiný a na závodech tým dostane jen jednu příležitost ho zaběhnout. Pokud vašeho psa jen na zlomek sekundy něco rozptýlí, už to může znamenat shozenou latku, zdlání jiné překážky nebo jinou událost, která ho diskvalifikuje. Tento rozvoj soustředění při tréninku má zpětně vliv na váš vztah se psem.

Psi, kteří běhají agility, mají lepší přivolání, pozornost a kontrolu impulsů. Psovod dává psovi pokyny, kam má běžet a co má dělat, a pes běží bez vodítka, často hodně daleko od psovoda. Nebylo by super, kdybyste se psem mohli taky komunikovat tímhle způsobem? Cviky v následujících kapitolách vám představí nejrůznější chová-

ní, která se využívají při agility, abyste se naučili na sebe se psem soustředit, i když kolem budou rušivé podněty a pes od vás bude hodně daleko.

### TANEC SE PSEM

*Tanec se psem* neboli dogdancing je obecný termín, který zahrnuje disciplíny jako práci u nohy na hudbu nebo freestyle. Jedná se v podstatě o soubor psích triků upravených do choreografie za doprovodu hudby, kterých se účastní i psovod, takže to celkově budí dojem, že tým skutečně tančí. „Je to velmi specifický sport, který si upravujete hodně podle svého, protože si vybíráte hudbu, učíte psa chování, která bude provádět, pracujete na svých vlastních pohybech a vybíráte si kostým pro sebe, obojek pro psa a případně i další pomůcky, které budete používat,“ říká trenérka a soutěžící Beverly Blanchardová, KPA, z výcvikového střediska Periwinkle Dog Training. Jelikož je tanec se psem tak flexibilní, dá se do něj zařadit téměř všechno, co je v téhle knize označeno jako trik. To znamená, že se tu do značné míry překrývají triky a sport. Zásadní součástí tance se psem jsou i základní a pokročilé techniky práce u nohy z kapitoly 4. Beverly říká: „Dogdancing vám dává příležitost naučit se pohybovat spolu s partnerem, cítit rytmus hudby a kochat se pohledem na to, jak si váš pes pyšně vykračuje!“

Když se naučíte potřebné triky a budete procvičovat práci u nohy, můžete si vymyslet vlastní taneční číslo přizpůsobené dovednostem vašeho psa. Beverly pokračuje: „Tanec se psem je stejně dobrý pro štěňata, která se při něm učí uvědomovat si vlastní tělo a zvládat koordinaci, jako pro starší psy, kteří si díky němu udržují mrštnost. Psi se učí točit do kruhu a chodit pozadu a popředu nebo do strany. Mohou chodit po zadních nebo dělat poklony. Triky jako plazení dopředu a dozadu přispívají k uvědomování si vlastního těla a k rozvoji jeho síly. Psi se mohou naučit třeba



**Beverly Blanchardová ukazuje, jak vám dogdancing umožní rozvíjet kreativitu a předvést silné stránky psa.**

i zvedat každou nohu zvlášť. Tenhle seznam by mohl pokračovat téměř donekonečna. Pokud si něco dokážete představit, můžete to i udělat!“

### PARKOUR

Ano, čtete správně. Psí parkour je nový psí sport po vzoru lidského parkouru. Psí verze parkouru nabízí vám a vašemu psovi nový způsob interakce s předměty, které vás běžně obklopují na procházkách nebo dokonce i doma. Třeba takový kmen stromu tvoří dokonalou plošinu, na kterou se pes může postavit předními tlapkami, zadními tlapkami nebo všemi čtyřmi. Může spadlý strom přeskočit, projít podél něj nebo se pod ním třeba proplazit. Požární hydrant je ideální překážka, kterou může oběhnout, a tak dále a tak podobně. Vaše procházky už nikdy nebudou stejné a váš pes se naučí, že interakce s vámi je zábavnější než pronásledování veverek nebo štěkání na blížícího se listonoše. Navíc parkour ozvláštňuje vaše fotky na sociálních médiích, jak třeba tady ukazuje Fever.



Jude Azaren, zakladatel psího sportu zvaného all dogs parkour, vyjmenovává přednosti tohoto sportu. „Pro plaché, reaktivní nebo bázlivé psy je parkour skvělým prostředkem ke zvýšení sebedůvěry. Když váš pes ví, že má vaši fyzickou podporu, tak sebere odvalu a bude ochotný zkusit nové věci. Navíc parkour učí psy, aby si lépe uvědomovali své tělo. Lepší povědomí těla jim pomůže, aby si nenamáhali klouby a svaly. Cviky z parkouru podporují i sílu, pružnost a rovnováhu. Parkour rozvíjí pozornost. Psi se učí soustředit na jednotlivé úkoly i v prostředí plném rušivých vlivů.“

### RALLY OBEDIENCE

V rally obedience (známém také jako „rally-o“ nebo prostě „rally“) plní tým pes-psovod předem známé úkoly na trati neboli parkuru, který je pokaždé jiný. Parkur rally obedience obsahuje deset nebo více číslovaných zastávek označených kartami, na kterých je napsáno, jaký úkol má tým splnit, aby mohl pokračovat v cestě. Na kartách může být například napsáno, že má pes provést sekvenci „sedni“/„lehni“/„sedni“ nebo se vám držet u nohy, zatímco vy se točíte na místě. Na rozdíl od tradiční obedience mohou psodovi při

rally psy během parkuru povzbuzovat – a v některých případech dokonce i odměňovat.

Rally je pomalejší než agility a strukturovanější než tanec se psem a poskytne vám skvělou možnost, jak si se psem upevňovat vzájemnou vazbu díky tomu, že promění obyčejnou poslušnost v hru. Na nejnižších úrovních se rally provádí na vodítku, takže k základním prvkům tohoto sportu patří chůze u nohy a chůze na prověšeném vodítku. Psi musí být schopni plnit pokyny psodova i přesto, že jsou obklopeni nejrůznějšími rušivými vlivy. Na vyšší úrovni pak absolvují trať bez vodítka a parkury jsou delší a náročnější. Psi, kteří pravidelně soutěží v rally, mívají spolehlivé chování bez vodítka v nejrůznějších prostředích.

Jelikož je součástí rally vzájemná spolupráce i za přítomnosti rušivých vlivů, můžete a měli byste trénovat v nejrůznějších prostředích reálného světa. Studenti Psí akademie trénují například na letištích, nádražích a na rušných ulicích New Yorku. Když budete postupovat podle pokynů pro cviky z rally v následujících kapitolách, hlavně v kapitole 4, můžete u svého psa hodně zlepšit chůzi na vodítku a kontrolu impulzů.

### PACHOVÉ PRÁCE

Pachová práce (neboli nosework) je sport, který využívá nejvýraznější schopnost psa: sledování pachů. Na detekci pachů se zakládá i mnoho psích



„povolání“, ať už jde o hledání obětí zemětřesení, nebo pašovaného zboží. Někteří psi mají v hledání pachů větší zálibu než jiní, ale obecně mohou hry založené na pachové práci přinést prospěch všem psům, protože rozvíjejí jejich mentální schopnosti a umožňují jim řešit problémy nezávisle na psodovi.

Při pachové práci hledá pes určitý pach ve vymezené oblasti. Když ho najde – hurá! –, získá odměnu. Trochu to připomíná dětskou hru hledání pokladů. Umístění a druh *pokladu* (pachu, který pes hledá), se liší podle úrovně psa. Na začátku pes třeba jen hledá pamlsky schované v jedné nebo několika krabiciích. Když je najde, tak se sám odmění tím, že si je sní. Když postupně získá lepší dovednosti, může začít hledat i jiné pachy, třeba břízu, na různých místech, třeba v autě. Několik her inspirovaných pachovou prací najdete v kapitole 7 téhle knihy.

### JINÉ SPORTY

Sporty, které jsou zastoupené v téhle knize, zdaleka nepředstavují vyčerpávající seznam všech psích sportů. Naopak, v poslední době se každou chvíli objeví nějaký nový psí sport. Tady je aspoň pár dalších sportů, které mohou vašemu psovi přinést prospěch.

**Barn hunt neboli lov ve stodole:** to je sport, při kterém pes hledá hlodavce. (Nebojte se, hlodavci se přitom nic nestane.) Je to fantastická možnost realizace pro psy, kteří jsou rození lovci krys, protože konečně mohou dělat práci, ke které byli vyšlechtěni. Při sportu zvaném barn hunt pes hledá jednu nebo několik krys, které jsou bezpečně zavřené v pouzdrech poschovávaných mezi balíky sena. Během hledání musí pes například proběhnout tunelem vytvořeným z balíků a vyskočit na vyvýšený povrch. Tento sport učí psa používat nos a nezávisle myslet, stejně jako při pachové práci. Doma ho asi budete provozovat jen

těžko, ale rychle se rozvíjí a v různých zemích už se najdou centra, která ho nabízejí.

**Dogfrisbee neboli discdog:** Pokud váš pes nabitý energií touží po aktivním sportu založeném na aportování, můžete vyzkoušet dogfrisbee. Ve světě dogfrisbee existují nejrůznější hry, takže pokud váš pes neumí chytat předměty hozené do dálky, můžete zkusit i něco jiného než obvyklé házení a přinášení. Například při freestylu provádí psodov a pes s házecím diskem nejrůznější choreograficky uspořádané triky nablízko. Někdy třeba pes proběhne psodovi mezi nohama a potom chytí hozený disk. Jindy mu psodov hodí nablízko několik disků, jeden za druhým, na různá místa, a pes je má všechny postupně pochyvat. Pes může dokonce vyskočit psodovi na záda, odrazit se a pak chytit disk, tomuhle manévru se říká *vault*. V dogfrisbee najdete prvky zaměřené na vzdálenost a přesnost a některé dokonce využívají i překážky z agility. Každá organizace dogfrisbee má svá vlastní pravidla, ale základem této disciplíny je schopnost psa aportovat (viz Část 3).

**Dockdiving:** Tahle disciplína je jako stvořená pro psí sportovce, kteří milují vodu. Pes při ní skáče do vody, a to co nejdál. Tuhle aktivitu sice nemůžete provozovat kdykoli a v kterémkoli ročním období, ale možná najdete nějaké středisko psích

**Dockdiving skv le podporuje sebed v ru psa.**



sportů, které ji nabízí. Jak říká Lindsay Hillová, instruktorka a soutěžící v dockdivingu a několika-násobná americká finalistka, „dockdiving je skvělý sport, který přispívá k budování sebevědomí. Já ho používám jako úvod do psích sportů, protože neklade téměř žádné specifické požadavky na způsob provedení. Psi tenhle sport milují, takže jakmile u nich vybudujeme sebejistotu, můžeme začít pracovat i na konkrétních problémech s chováním, které nejsou žádoucí doma nebo v jiných výcvikových zařízeních, například na štěkáni, tahání na vodítku nebo vyskakování po hračce. Tenhle sport vám skvěle pomůže i při práci na přivolání; pes má jedinou možnost, jak si znovu skočit za hračkou, pokud vyleze z vody!“

**Flyball:** Tenhle vzrušující sport si zamilují psi, kteří rádi běhají a milují aportování. Flyball je týmový sport, při kterém čtyři psi v každém týmu postupně překonávají řadu překážek. První pes přeběhne přes čtyři překážky, vezme míček a přes stejné čtyři překážky utíká zpátky. Když doběhne, vystartuje druhý pes a tak dále. Kvůli fyzické náročnosti není flyball vhodný pro každého psa, ale sportovně založení psi tu mohou plně uplatnit své schopnosti.

**Treibball:** Na treibballových akcích potkáte spoustu pasteveckých psů, protože tenhle sport spočívá v tom, že psi mají nahánět velké nafouknuté míče na určené místo. Psi, kteří rádi pasou jiné

živočichy včetně lidí, mají k treibballu dobré předpoklady, ale může bavit i jakéhokoli jiného psa.

## BEZPEČNOST PŘEDVŠÍM

Bezpečnost je důležitá nejen kvůli ochraně před zraněním. Stejně důležité je i to, že vám pes při tréninku musí plně důvěřovat. Pokud na váš pokyn udělá něco, co mu způsobí bolest nebo úraz, může citová újma přetrvat mnohem déle než fyzická bolest. Když psa dostanete do nebezpečné situace, může se váš trénink vrátit daleko nazpátek a vy rázem přijdete o pokroky, které jste udělali. Mějte na paměti pár základních pravidel.

- Při provádění aktivnějších prvků z této knihy vždy berte ohled na věk, zdraví, vytrvalost a tělesnou konstituci svého psa. Pokud si nejste jistí, jestli je určité chování pro vašeho psa bezpečné, tak ho nedělejte, dokud se neporadíte se svým veterinářem.
- Když děláte jakékoli cviky, při kterých má pes některou část těla zvednutou nad zemí nebo stojí na vyvýšeném místě, buďte obzvláště opatrní. Pravidla pro psí parkour stanovují, že pes musí mít připnutý pevný postroj se sponou v zadu a vodítko a vy nad ním vodítko jemně přidržujete pro případ, že by spadl. To se stává častěji, než byste si mohli myslet! Jude Azaren vysvětluje: „Váš pes musí mít správný typ po-

stroje. Musíte se naučit, jak psa bezpečně podporovat, když sestupuje z vyvýšených povrchů. Když psí parkour není prováděn bezpečně, může psovi způsobit leknutí nebo zranění. Když psovod psa nesprávně vede, může v něj pes ztratit důvěru.“

- Při skocích zajistěte nízkou výšku. Jak definujeme „nízkou“ výšku? U mladých psů nesmí být skoky vyšší, než má pes hlezno, a to až do doby, dokud není ukončený vývoj růstových destiček. (K tomu dochází přibližně v osmnácti měsících, ale ještě si promluvte s veterinářem.) Pak, když vám to veterinář odsouhlasí, můžete výšku skoku postupně zvednout asi pět centimetrů pod kohoutek psa (na hřbetě u základny krku), aspoň podle pravidel, které stanovuje American Kennel Club (AKC). V případě pochybností nechte skoky nízké. Nesnažte

se tu přece lámat žádné světové rekordy, takže vždy myslíte především na zdraví a bezpečnost psa. To, že je váš pes schopný přeskakovat i hodně vysoké překážky, ještě zdaleka neznamená, že by pro něj bylo dobré skákat tímhle způsobem znovu a znovu.

- Neprovádějte stejnou činnost pořád dokola, pokud zatěžuje jednu oblast těla nebo svalovou skupinu. Například Surikata (trik, při kterém pes vzprímeně sedí na zadních nohách a přední nohy má zvednuté, viz Část 5) klade velké nároky na záda a střed těla psa, takže ji během jedné lekce příliš neopakujte. Opakované skákání zase zatěžuje jiné svalové skupiny. Pracujte na takové úrovni, na jaké jsou schopnosti psa; to může například znamenat, že budete dělat jen krátké lekce, hlavně na začátku, kdy se pes učí provádět nové pohyby.

## JAK ČÍST TUTO KNIHU

Tahle kniha obsahuje hodně informací, ale měli byste v ní snadno najít to, co hledáte. Kapitoly jsou rozčleněné podle jednotlivých prvků dobrého vychování, například rozvíjení kontroly impulzů (kapitola 2), přivolání (kapitola 3), řešení různých problémů při chůzi na vodítku (kapitola 4) a tak dále. V každé kapitole najdete několik základních chování nebo cviků, po kterých následují pokročilejší. U každého chování je napsáno, jestli je převzaté ze sportů, her nebo triků. (Někdy se to může překrývat; nezapomeňte, že většina triků se dá například používat i při sportu zvaném dogdancing neboli tanec se psem.) Pokud je chování označené jako sport, uvádíme u něj, do kterého sportu patří.

### U KAŽDÉHO CHOVÁNÍ NAJDETE NĚKTEROU Z TĚCHTO ZNAČEK:



Základní



Pokročilý



Vychování



Sporty



Hry



Triky

V zájmu přehlednosti a jednoduchosti obvykle v knize označujeme psa mužským rodem. Osobu, která se psem žije a cvičí ho, označujeme „majitel“ nebo „psovod“, ale uvědomujeme si, že tyto výrazy zdaleka nevystihují dynamický vztah mezi lidskými a psími členy rodiny.

Pokud zjistíte, že se vám nedaří naučit psa některému chování z této knihy, nebo pokud váš pes reaguje na vaše výcvikové snahy projevem strachu nebo agresivity, vyhledejte kvalifikovaného cvičitele, který používá nenásilné metody a který vám nabídne osobní nebo virtuální lekce.

## NAJDETE NÁS NA SOCIÁLNÍCH MÉDIÍCH!

Hledáte další videa, tipy a informace o psech?

- Najděte si Doggie Academy (@doggieacademy) a Brooklyn Dog Training Center (@brooklyndogtrainingcenter) na Facebooku a Instagramu (@doggieacademy a @bkdogtrainingcenter).
- Jako pomůcku pro nácvik některých chování z této knihy jsme vytvořily tréninková videa. Najdete je na YouTube kanálu a facebookové stránce Doggie Academy a na Katině YouTube kanálu BKLN Manners™ a její facebookové stránce (@bklmanners).
- Na Instagramu má Sarah fenku Fever (@bordercolliefever) a Kate fenku Beans (@beans\_cant\_even).

# 1

## ZÁKLADY: HLAVNĚ KLID

26

NEZAPOMEŤE DÝCHAT

26

NEJDÍV SE MUSÍ VYCVIČIT LOVĚK

26

PO ADÍ ÚKONŮ PŘI TRÉNINKU

29

POKYNY A ODMĚNY

32

PRO PSA

33

KLIKEJTE A ODMĚNUJTE

35

ZÁKLADNÍ CHOVÁNÍ

Nabíjení klikru	35
Kliktrénink: Rozcvik	37
Kontroluj si m	38
ekni „prosím“	40
Hotovo	44

45

POKROČILÁ CHOVÁNÍ

Kliktrénink: Základy shapingu	45
Trplost se vyplatí	47
Přetahování za zpsobné hraní	48



Jak je vysvětleno už v úvodu, k tomu, abyste mohli psa vycvičit i v tom nejjednodušším chování, je zásadní, abyste se naučili, jak s ním komunikovat. Jakmile se naučíte, jak máte na psa mluvit, zjistíte, že je to vlastně jednoduché, ale sami od sebe byste na to možná nepřišli. To proto, že i když jsou si lidé a psi v leččems podobní, jejich komunikace je až překvapivě odlišná. Když budete postupovat podle pokynů a dělat cvičení z téhle kapitoly, naučíte se, jak komunikovat se psem tak, aby vám rozuměl. A když váš pes uvidí, že s ním komunikujete způsobem, který je mu naprosto jasný, tak k vám pocítí těsnější vazbu a to ho bude motivovat, aby s vámi spolupracoval.

## NEZAPOME TE DÝCHAT

Psi do určité míry zrcadlí energii majitele. Na osobnost psa ovšem působí i mnoho dalších faktorů, takže vaše energie nestačí k vysvětlení, proč je váš pes pecivál nebo proč naopak z překypující vitality doslova skáče po zdech. Nicméně váš citový stav



a vaše chování v jeho přítomnosti může mít rozhodně dopad na to, jak se cítí a jak se chová.

Během tréninků si neustále buďte vědomi, že ho vaše energie může ovlivnit. Když začínáte trénink, tak se nejdřív několikrát zhluboka nadechněte a zkontrolujte si, jestli jste dostatečně klidní a uvolnění. Nervózní učitel může produkovat nervózní žáky, zatímco klidný a vyrovnaný učitel může s žáky snáze navazovat kontakt a vést je. Snažte se být dobrým učitelem, který vede příkladem, a nikoli učitelem, který od svého psa požaduje klidné chování, i když se sám uklidnit nedokáže.

## NEJDÍV SE MUSÍ VYCVIT LOVĚK

Abyste mohli se svým psem jasně komunikovat, musíte být především zticha. Neříkejte vůbec nic. Zní to jednoduše, ale ve skutečnosti je to pro téměř každého netréňovaného člověka velmi těžké. Ve srovnání s lidmi jsou psi až neuvěřitelně tiší. Kdy váš pes štěká? Obvykle když zaslechne zvonek u dveří nebo když po vás vyžaduje, abyste mu postě hodili míček, nebo je jinak rozdváděný. Když se ale nic zvláštního neděje, tak jsou psi většinou zticha, až na občasné povzdechnutí nebo zabrbání. Hlučné hlasové projevy mají obvykle vyhrazené pro vysoce stresující nebo vzrušující situace. Takže když dáváte Roverovi pokyn „sedni, *sedni*, SEDNI“, připomíná váš tón projev zběsilého psa. Není divu, že vás pak pes neposlouchá! Proč by měl přijímat pokyny od někoho, kdo vypadá, že je na pokraji zhroucení? Vaše vzrušená energie se přenáší na něj, takže nakonec jste rozrušení oba, všechno je vzhůru nohama a nikdo se nic nenaučí.

## PO ADÍ ÚKONŮ P I TRÉNINKU

Na svůj hlas pohlížejte jako na tréninkový nástroj. Když použijete správné slovo ve správnou chvíli, bude trénink pro psa zábavný a bude mu jasné, co má dělat, zatímco když budete používat hlas

## „KAŽDÝ TVŮJ POHYB, KAŽDÝ TVŮJ KROK...“

Žít se psem je trochu podobné jako žít v té klasické písničce od skupiny Police „Every Breath You Take“ neboli „Každé tvé nadechnutí“. Váš pes se od vás totiž učí pořád, nejen během oficiálního výcviku a tréninků. Výcvikovou lekcí vlastně představuje každá chvíle.

Že od vás Roscoe právě dostal kousek jídla z talíře? Tak to jste udělali krok směrem k tomu, abyste ho naučili žebrať u stolu. Když se Peaches po několika doručných balíčcích naučila, že zvonek u dveří znamená, že přijde děsivý vetřelec, rozhodla se, že kdykoli uslyší zavonění, spustí svůj vlastní alarm. Když u Kate doma někdo otevře v chladničce zásuvku se zeleninou, očekává Beans, že se objeví její oblíbená pochoutka, kapusta (vážně!); velmi rychle se naučila, že pokaždé, když zaslechne zvuk otevírané zásuvky, má se rozběhnout do kuchyně.

Některé tyto zkušenosti mohou psa naučit nežádoucím chování, například žebření a štěkání, ale na druhé straně existuje v běžném životě spousta věcí, které u něj mohou naopak podpořit dobré chování. Roscoe chce sousto z vašeho stolu? Když mu krátce řeknete „ne“ a přestanete si ho všimnout, tak se brzy naučí, že žebření nemá smysl. Peaches dostane kousek kuřecího masa pokaždé, když zaslechne zvonek u dveří? Když budete důslední, může se ze zvonku časem stát její oblíbený zvuk. Když Kate začala dávat Beans kapustu na pelíšku, přestala Beans běhat do kuchyně, a když teď slyší otevřít zásuvku v chladničce, utíká radši hned na pelíšek. Když budete každodenní situace považovat za tréninkové příležitosti, zjistíte, že váš pes si začne pěstovat dobré vychování úplně přirozeně.

nesystematicky a nahodile, tak ho budete jenom mást a frustrovat. Cvičení v téhle kapitole vyžadují jen omezenou nebo žádnou slovní komunikaci se psem. To proto, že vás mají přimět, abyste začali myslet jako správný trenér a komunikovali způsobem, kterému bude pes rozumět.

My lidé míváme tendenci soustředit se na „pokyn“ (dříve zvaný „povel“), takže když řekneme „sedni“, tak počítáme s tím, že pes ví, co to znamená. To je ale kontraproduktivní, protože tu pracujete s někým, kdo nemluví vaší řečí. Představte si, že jste v čekárně a všimnete si cizince, který se snaží přijít na to, jak si z chladicího zásobníku napustit sklenici vody. Můžete na něj křičet: „Stiskněte tu modrou páčku!“, až z toho ochraptíte, ale on stejně nic nepochopí. Když mu ale *ukážete*, jak má stisknout páčku – *ejhle!* – z koutku začne téct voda a ten člověk se právě naučil nový „trik“, jak získat to, co chtěl.

Ať komunikujete s člověkem, nebo se psem, neměli byste se při učení nového chování spoléhat na slovní pokyny. Důležitější je výsledek. V příkladu se zásobníkem vody je výsledkem to, že ten člověk získal to, co chtěl, když stiskl modrou pác-

ku. Až příště najde zásobník vody, tak se pravděpodobně zachová stejně – stiskne modrou páčku. Stejně tak když učíte novému chování svého psa, soustřeďte se na to, abyste získali požadovaný výsledek, tedy aby pes seděl, ležel nebo prováděl jiné cílové chování.

**Tím, že budete psa hubovat, jeho nežádoucí chování nenapravíte.**





**V počátečních fázích tréninku můžete psa navést do požadovaného chování pamlskem, nikoli slovním pokynem.**

Podívejte se, jak vypadá počáteční sekvence u většiny tréninkových aktivit v této knize i obecně.

1. Beze slova se snažte dosáhnout toho, aby si Baxter sedl (nebo provedl jiné požadované chování). Naveďte ho do sedu pamlskem nebo počkejte, až si sedne sám od sebe, nebo to udělejte jiným způsobem popsaným v následujících odstavcích.
2. Baxter si sedne.
3. Označte to. To znamená: v okamžiku, kdy se Baxter dotkne zadkem země, řekněte „ano!“ nebo „hodný pes“ nebo klikněte klikrem. „Ano“ je asi nejvhodnější ze slovních markerů (prostředků pro označení), protože mimo trénink se při komunikaci se psem příliš často nepoužívá; ale můžete si vybrat i jiné slovo. Jen se postarejte o to, abyste ho pak používali k označení pokaždé a abyste ho vždycky řekli přesně v okamžiku, kdy pes provedl požadované chování. Díky označení markerem si Baxter spojí „zadek na zemi“ a „já, já dostal odměnu!“. Čímž se dostáváme k dalšímu úkonu...

4. Odměňte to. V počátečních fázích učení povzbuzují odměny psa, aby chování zkoušel znovu. Poprvé za něj dostal odměnu, tak proč by si nesesl příště zase? Důležité je dát mu odměnu, když ještě sedí, aby se naučil, jak je tahle pozice úžasná.
5. Uvolněte psa. Řekněte třeba „OK“ nebo „volno“, abyste Baxterovi dali najevo, že teď už je dané chování hotové. V tuto chvíli už nedávejte další pamlsky, protože už jste ho za sednutí odměnili.

Všimli jste si, co v této sekvenci nebylo?

Nedáváme slovní pokyn „sedni“, dokud není celá výše popsaná sekvence pokaždé úspěšná. Pokud totiž budete říkat „sedni“ a Baxter bude neustále vyskakovat a chňapat po pamlsku, který držíte v ruce, tak mu spojíte pokyn „sedni“ s vyskakováním. Takže nejdřív zkorigujte chování, aby vypadalo tak, jak má, a teprve potom ho pojmenujte. Až bude zřejmé, že pes sekvenci – zadek na zemi/marker/odměna/uvolnění – chápe, protože ji bude opakovaně provádět správně, můžete na začátek celé sekvence přidat slovní pokyn.

Co když pes udělá chybu a vyskočí si pro pamlsky, místo aby seděl a čekal, až ho za to odměníte? I tuhle situaci můžete označit. Takovému označení říkáme „no reward marker“ (nebo NRM) neboli marker ztráty odměny – použijeme třeba slovo „nejda“ nebo „ne“, které vyslovíme laskavým tónem a označíme jím okamžik, kdy pes přišel

## NEMLUVTE ZBYTE NĚ

Určitě si všimnete, že chování popsaná v této kapitole nevyžadují z vaší strany téměř žádnou slovní komunikaci. Během tréninku dbejte na to, aby všechna slova, která říkáte, nebo zvuky, které vydáváte, měly nějaký účel; jakékoli povídání navíc může psa rozptylovat a mást.

o šanci na odměnu. Když bude mít správné a nesprávné momenty označené určitými markery, přijde snáze na to, co od něj chcete. Méně zmatků znamená rychlejší učení a šťastnějšího psa.

## POKYNY A ODMĚNY

Když už pes provádí nějaké chování spolehlivě, můžete k němu připojit pokyn. Každé slovo, které řeknete během tréninku, by mělo mít nějaký význam, takže vždycky řeknete pokyn jenom jednou a pak v duchu počítejte do desíti. Velmi často se stává, že řekneme „Lulu, sedni“, a než si vůbec uvědomíme, že už jsme jí dali pokyn, co má udělat, tak už na ni zase štěkáme: „sedni, sedni, SEDNI!“ K tomu, aby byl člověk dobrým učitelem, patří i to, že poskytne žákovi dost času na to, aby vyřešil daný problém. Když řeknete „sedni“ jen jednou a pak pět sekund počkáte, tak si Lulu ve většině případů propojí v duchu všechny body a dopadne zadkem na zem.

Opakování pokynů má i další nevýhody. Když řeknete „sedni“ desetkrát po sobě a pak se pes teprve posadí, tak jste mu tím jen poskytli o důvod víc, aby zvuk vašeho hlasu nevnímal. Lulu může prvních devět pokynů ignorovat, protože ví, že vždycky přijde další šance. Určitě nechcete, aby váš pes považoval váš hlas jen za bílý šum v pozadí. Chcete, aby měl nějaký smysl a účel.

Ale co když budete postupovat přesně podle tohoto návodu, dáte pokyn jen jednou na začátku celé sekvence, ale Lulu si nesesedne? Nepochybně panice! Než pokyn zopakujete, položte si v duchu otázku: *Pro si nesesedla?* Ve většině případů to bývá způsobeno tím, že v okolí je příliš mnoho rušivých podnětů, takže Lulu je příliš rozrušená nebo stresovaná, a proto není schopná zareagovat. Když budete postupovat podle kroků popsaných v této knize, podaří se vám naučit psa, aby si sedal (a aby dělal spoustu dalších věcí) nejen doma, když máte zavřená okna, vypnutou televizi a děti



**Ze začátku se může stávat, že se na vás pes nebude soustředit, protože ho bude příliš rozptylovat okolí.**

uložené ke spaní. Dozvíte se totiž, jak postupně a pozvolna rozvíjet schopnost psa reagovat na vaše pokyny i za přítomnosti různých rušivých vlivů. Pokud Lulu není schopná reagovat na váš pokyn, rozmyslete si, jak příště změnit tréninkový scénář, aby vám mohla lépe naslouchat. Možná bude stačit, když se přesunete na klidnější místo.

Jak už bylo řečeno, váš pes se učí vlastně pořádkem. Je přímo mistrem na kontextové učení, což znamená, že pokud třeba používáte určitý postroj na dlouhé procházky do lesa, tak si ten postroj brzy spojí s dlouhými procházkami. A pak bude vyvádět jako ztřeštěný pokaždé, když ten postroj vytáhnete ze skříně. Stejně tak když si pokaždé odkašlete, než řeknete „sedni“, tak si

pes může začít myslet, že odkašlání je součástí pokynu. A pak se může stát, že až si jednou před pokynem „sedni“ neodkašlete, tak vám nebude rozumět. Jednou Sarah upozornila její trenérka, že než dáva Hankovi nějaký pokyn, tak se vždycky mírně zhoupne na patách; tohle zhoupnutí už se stalo součástí pokynu a upozorňovalo Hanka, aby „zbystřil“. Mnozí z nás používají při výcviku pohyby rukou nebo tělem – ukazujeme, zakládáme si ruce, napřímíme se a podobně a ani si to neuvědomujeme. Ale váš pes si to *uv domuje* a začlení si takové prvky do tréninkové sekvence.

Máte-li být dobrým učitelem, měli byste si uvědomovat, jaké jsou všechny vaše pokyny a signály, ať úmyslné, či neúmyslné. Signálem totiž může být cokoli, co předchází požadovanému chování. Mnoho těchto signálů souvisí s pamlsky a pak vzniká dojem, že vám pes naslouchá, jen pokud u sebe máte pamlsky. Upravíte si pamlskovník,

#### Pamlsky upoutají pozornost v tšiny ps .



než si psa přivoláte? Dáváte si ruku do kapsy, když říkáte „sedni“? Pro vašeho psa jsou to jasné signály. To neznamená, že by váš pes byl chlupatý pytel na pamlsky, který reaguje, jen když jsou někde nablízku; spíš to znamená, že jste ho naučili, že pamlsky je prostě součástí pokynu. Mnoho trenérů má pamlsky po kapsách pořád, nejen při tréninkových lekcích. (Trenérovi psovi musí koš na prádlo vonět jako plný bufet!) To neznamená, že by trenéři rozdávali svým psům pamlsky jen tak bez rozmyslu. Umožňují jim to ale přepnout do tréninkového režimu, kdykoli se jim zachce, a přitom si nekomplikovat pokyny tím, že by si pes spojoval s pamlskovníkem, protože už jsou na jeho přítomnost zvyklí. Takže si buďte vědomi toho, co dělá celé vaše tělo těsně předtím, než dáte psovi nějaký pokyn, nebo v okamžiku, kdy ho dáváte. Pokud si nejste jistí, nechte se od někoho natočit na video, abyste zjistili, jestli třeba nepřenášíte váhu na levou nohu, pokaždé když říkáte Fidovi, aby zůstal na místě, nebo jestli si nesáhnete na pamlskovník, než si ho zavoláte k sobě. Psi jsou přímo odborníci na rozpoznávání stálých vzorců; v určitých směrech vás znají lépe, než se znáte sami.

A pak tu máme odměny – ty mohou být velké nebo malé, hmotné nebo nehmotné. Obzvlášť když učíte psa novému chování, pomohou mu, aby se učil rychleji, radostněji a efektivněji. Většina trenérů si jako první možnost vybírá pamlsky, protože:

- se snadno nosí,
- dají se psovi snadno podat, když je v určité pozici (například leží nebo dělá surikatu),
- nevzrušují a nerozptylují psa na rozdíl od hraček nebo třeba pohlazení,
- působí na psy jako přirozená motivace a
- dají se střídát podle situace; například když cvičíte doma, můžete použít granule, zatímco

když cvičíte venku, můžete použít třeba párky, a když pes udělá něco obzvlášť dobře, můžete mu dát takzvaný jackpot neboli několik pamlsků najednou.

Rozhodně však nezavrhuje ani jiné odměny. Skvělou odměnou za aport je to, že znovu hodíte míček. Psy, kteří jsou motivováni hračkami, si můžete přivolat a pak je odměnit přetahováním. Pokud váš pes touží po vaší pozornosti, můžete ho za způsobné sezení odměnit tím, že ho necháte vyskočit k sobě na gauč. Když se nad tím důkladně zamyslíte, zjistíte, že existuje spousta *odm n ze života*, které můžete a měli byste začlenit do výcviku. Odměna ze života je v podstatě cokoli, k čemu máte přístup a po čem váš pes touží. Jameson by se chtěl přetahovat? Výborně, ale nejdřív si musí sednout a teprve pak vytáhnete hračku. Fiona chce vejít do psiho parku? Skvělé! Ale nejdřív si musí klidně sednout a počkat, až otevřete branku.

Když vybíráte vhodné odměny, položte si vždycky otázku: „Co chce můj pes v tuhle chvíli?“ ekněme, že jste s Jamesonem v parku a on chce, abyste mu házeli míček. Nejdřív mu dejte pokyn k sednutí; ten on splní. Hodný pes! Ale co teď? Dát mu pamlsky? Podrbat ho? Ne! O to teď vůbec nestojí. Kdyby mohl, tak by křičel: „Hod' mi ten míček – dělej!“ Takže jakmile si sedne, označte to souhlasným „ano!“ a hned mu hoďte míček.

Jindy budete Jamesona učit lehat na pokyn. Teď si zrovna vzorně lehl, vypadá jako dokonalá sfinga. Kdybyste mu za odměnu hodili míček, tak by nejen vstal z lehu a rozběhl by se za míčkem, ale pak byste museli aspoň pět minut čekat, než se uklidní natolik, abyste mu mohli dát znovu pokyn k zalehnutí. U chování, která vyžadují klid nebo přesnost, včetně některých triků, jsou vhodnějšími odměnami právě pamlsky.



#### Vykro te do tréninku tou správnou nohou (nebo tlapkou!).

Teď si představte, že postupujete přesně podle tréninkových kroků, ale váš pes zareaguje nevychovaně. Dali jste mu třeba pokyn „sedni“, ale on na vás místo sednutí začal štěkat, jako by chtěl říct: „Nezdržuj a dej mi ten pamlsky, človče!“ V tom případě ho netrestejte, prostě použijte NRM, tj. řekněte „ne“, otočte se k němu zády a odcházejte i s pamlsky. Způsobné chování psovi vynese odměnu, zatímco nevychovanost má za následek, že o odměnu přijde.

To je jazyk, kterému váš pes rozumí: jeho činy mají okamžitě nějaké následky. Následek toho, že si sedne na pokyn, je to, že dostane chutný kousek sýra, zatímco následek toho, že štěká nebo vyskakuje, je to, že se sýra nedočká. Je to nekonfrontační a bezpečný způsob, jak stanovit hranice a dát mu jasně najevo, jaké chování bude nebo nebude ve vaší domácnosti fungovat.

Při práci na různých tréninkových tématech z téhle kapitoly bude vaším cílem rozvíjet kontrolu impulzů – ne kontrolu impulzů psa, ale vaši vlastní kontrolu impulzů. Pokud jste trenér typu „sedni, *sedni*, SEDNI“, který vykřikuje pokyny a mává rukama, tak vám aktivity na následujících stranách pomohou, abyste ztišili hlas a klidně



## PAMLSKY: KOLIK? JAKÉ?

Když trenéři rozdávají pamlsky, bývají často mnohem štedřejší než běžný majitel. To proto, že to nepovažují za uplácení ani za dobročinnost, nýbrž za posilování dobře odvedené práce. Stejně jako je student rád, když pod testem najde jedničku, nebo prodejce usilovně pracuje, aby získal provizi, motivují vašeho psa pamlsky, aby usilovněji přemýšlel a pracoval. To se týká obzvláště počátečních fází učení, kdy se snaží přijít na to, jaké chování od něj požadujete.

Na druhé straně tím ale samozřejmě nesmí trpět hmotnost psa nebo jeho zdraví. Proto používejte velmi malé pamlsky, takové, aby pes právě tak pocítil jejich chuť. Váš pes si nebude stěžovat kvůli velikosti, to vám slibujeme! I výcvikové pamlsky, které už jsou samy o sobě malé, si můžete rozdělit na ještě menší kousičky, hlavně pro malé psy. Díky tomu pak můžete psa odměňovat častěji a přitom ho nebudete ládovat jako krmnou husu.

Hodnota odměny by měla odpovídat obtížnosti toho, co od psa požadujete. Splnění pokynu „sedni“ doma může mít hodnotu několika malých granulek, zatímco splnění stejného pokynu uprostřed rušného náměstí bude rozhodně stát i za kus párku. Experimentujte s různými druhy pamlsků, abyste zjistili, co vašemu psovi opravdu nahodí motor, a nezavrhujte ani lidské jídlo, například kousky masa nebo sýra. Nemějte strach, že když budete psovi dávat lidské jídlo, vyvolá to u něj žebření; nezačne žebrať, pokud mu ho nebudete dávat od stolu! Pro psy jsou pamlsky prostě pamlsky, ať pocházejí z obchodu s potravinami, nebo z obchodu s potřebami pro domácí mazlíčky.

čekali, až váš pes najde správné řešení sám. Stále mějte na paměti tyto body:

- Před výcvikovou lekcí se zhluboka nadechněte a představte si sami sebe jako toho trenéra, jakého byste chtěli sami pro sebe.
- Přistupujte k výcviku jako ke hře. Zaměřujte se na komunikaci a na společné učení dané hry, na nic víc.
- Zachovejte klid a ticho. To se týká hlasu, řeči těla a dokonce i myslí. Nechte psa, aby sám přišel na to, co má udělat, aby získal odměnu, bez zásahů z vaší strany.

## PRO PSA

Cílem následujících cvičení je naučit vás i vašeho psa společné kontrole impulzů. Psi jsou už od přírody impulzivní. Pokud vám upadne na zem kuřecí křídýlko, tak Roscoe asi nebude zvažovat všechny etické argumenty pro a proti jeho sežrání. Pes, který vyskakuje, štěká nebo dokonce při hře štípe, není zlý. Chová se prostě jako pes: jedná

na základě impulzů. Trpělivosti a způsobnosti ho musíme jasně a výslovně naučit. Jakéhokoliv psa můžeme navyknout, aby si nevšímal spadlého kuřecího křídýlka nebo veverka, která si poskakuje u cesty. Ale než od něj budete moci požadovat, aby zvládl takto intenzivní lákadla, tak ho nejdříve musíte naučit, jak se na vás má klidně soustředit v nejrůznějších méně vzrušujících situacích.

K tomu patří i to, že psa necháte samostatně myslet. My lidé se až příliš často domníváme, že psi nejsou schopni se samostatně rozhodnout pro způsobné chování, a proto jim ustavičně říkáme, co mají dělat. *Sedni, bu zticha, poj sem.* Mnozí psi jsou majiteli tak oddaní a snaží se mu zavděčit natolik, že jednoduše úplně přestanou samostatně myslet. Sice existuje spousta situací, ve kterých váš pes bude potřebovat vaše výslovné vedení, ale stejně časté bývají i situace, kdy by se mohl rozhodnout pro způsobné chování sám.

Většina trenérů a majitelů už dnes našťastí neučí psa sedat na pokyn tím, že mu tlačí zadek k zemi. Při tomto způsobu učení totiž veškerou

práci vykonává trenér a pes je pasivní, takže nemusí vyvíjet žádné duševní úsilí a snažit se pochopit, co znamená „sedni“. V tomto případě je totiž sednutí něco, co někdo dělá *jemu*, nikoli něco, co dělá *on sám*. Člověk tím ovšem promarní skvělou příležitost k tomu, aby naučil psa řešit problémy.

Naučit psa, že si má sednout, jen když mu dáte pokyn „sedni“, je do jisté míry škoda. Zní to možná divně, protože samozřejmě chcete, aby si váš pes sedl, když mu k tomu dáte pokyn. Ale co kdyby se navíc naučil, že by si měl sednout, když chce upoutat vaši pozornost, dokonce i bez pokynu? Právě *tak* se totiž zachová způsobný pes! Jak naučit tuto životně důležitou dovednost, to se dozvíte později v této kapitole. Ano, ze začátku může učení trvat trochu déle. Ano, pes bude dělat více chyb, než kdybyste mu jednoduše stlačili zadek k zemi. Ale není právě tohle podstata skutečného učení? Když pes přijde na to, že když si sedne úplně sám od sebe, bez vašeho naléhání nebo nucení, tak získá všechno, co chce, tak budete mít psa, který je schopný nezávisle myslet, a tuto jeho dovednost pak můžete využít ke způsobnému chování. Clyde bude uvažovat takhle: *Vždycky když jsem si v minulosti sedl, tak jsem od pání ka dostal to, co jsem chtěl. Sednutí funguje! Te bych chtěl, aby mi pání ek dovolil vyskočit na gauč, tak si zase zkusím sednout a uvidím, jestli m tam pustí.* Jelikož páníček Clyda od začátku povzbuzoval, aby se učil způsobnému chování sám od sebe, a jelikož tohle chování „fungovalo“, tak ho teď dokáže aplikovat i na jiné situace, ve kterých něco chce.

## KLIKEJTE A ODMĚ UJTE

Pravděpodobně už jste někoho viděli trénovat s klikrem a možná jste si i nějaký koupili. Co je vlastně na klikru tak úžasného? Tahle plastová věčička sice není kouzelná zbraň, ale fakt je, že vám občas může zázračným způsobem usnadnit



Zvuk klikru slouží jako „marker“ žádoucího chování.

výcvik. Účelem klikru je označit okamžik, ve kterém pes provádí chování, které požadujete. Takže pokud ho například učíte štěkat na pokyn, měli byste kliknout těsně po štěknutí. A po kliknutí vždycky následuje pamlssek nebo jiná odměna. Je to vlastně stejná sekvence označení-a-odměna, jako byste řekli „hodný pes!“ nebo „ano“ v okamžiku, kdy štěká. Ať používáte verbální marker, nebo klikr, tak označení psovi sdělí: „Jo, teď jsi to udělal správně!“ Následná odměna ho pak povzbudí, aby totéž dělal znovu a znovu. Možná si teď říkáte, proč trenéři používají nástroj navíc, když přece mohou jednoduše říct „ano“.

Je to proto, že klikr má určité přednosti oproti lidskému hlasu.

- Každé kliknutí zní stejně, takže pes dostává velmi jasnou zpětnou vazbu. Naopak hlas může mít různou výšku, sílu, trvání a podobně, takže je to méně přesný marker. Kliknutí je navíc zvuk, který pes snadno rozpozná i v hlučném prostředí, zatímco váš hlas v něm může zaniknout.
- Klikr má jen jeden význam – označuje chování před podáním odměny –, takže psi se rychle naučí, že to je skvělý zvuk. Hlas může být naopak zabarvený různými úmysly a může



### Kliktrénink je oblíbená metoda pozitivního výcviku.

sdělovat různé emoce. V mnoha případech nemá lidský hlas pro psa žádný význam, takže už je naučený hlas svého člověka ignorovat. Jen si vzpomeňte, kolikrát za den promluvíte a jak malé procento tohoto mluvení zaměřujete přímo na výcvik psa.

- Při používání klikru někteří lidé zjistí, že mají přesnější načasování, než když označují chování hlasem. (Uvědomte si například, kolik lidí udělá pauzu nebo se nadechne, než zvolá „hodný pes“, anebo chování vůbec verbálně neoznačí.) Klikr člověka snáz uvede do tréninkového režimu a výsledkem je přesnější označování a rychlejší učení.
- Někteří psi si na klikru vypěstují doslova závislost. Klikání je pro ně tak motivující, že jsou ochotní udělat cokoli jen proto, aby se klikalo dál.
- Když psa učíte složitější chování, může vám klikr pomoci rozčlenit ho do zvládnutelných přírůstků. Pes může mít například potíže s převalením, když ho chcete naučit takzvané

válet sudy. V tom případě mu můžete klikat i za drobné krůčky směrem k dokonalému provedení tohoto chování. Nejdřív například kliknete a odměníte za to, že si lehne, pak za to, že se mírně nakloní k jedné straně, pak za to, že se nakloní trochu víc, a tak dále, dokud se úplně nepřevalí.

- Klikr má ovšem i některé potenciální nevýhody, na které také nesmíte zapomínat.
- Jestliže už držíte v ruce vodítko a pamlsky, tak se vám možná bude s klikrem obtížně manipulovat. Můžete si ovšem koupit klikr, který se dá připnout k náramku nebo navléknout na prst jako prsten.
- Některé psy může zvuk klikru zpočátku lekat. To můžete vyřešit tak, že buď vyzkoušíte speciální, obzvláště tichý klikr, nebo si klikr dáte do kapsy, aby byl jeho zvuk tlumený. Když klikání takto ztišíte a když klikr dokonale „nabijete“, než začnete trénovat cokoli nového (viz vysvětlení v oddíle Jak nabít klikr), tak si většina psů tenhle zvuk zamiluje.

- Dospělí nebo děti se sklony k neklidu a neposednosti někdy klikají příliš často. Když kliknete v jakémkoli jiném okamžiku, než když máte označit požadované chování, tak snižujete účinnost klikru a působíte psovi v hlavě zmatek. Dobrý trenér své žáky nemate.
- Po kliknutí vždycky následuje odměna, obvykle pamlssek. Klikr jako takový má psa naučit novému chování, za které po každém správném opakování dostane pamlssek. Časem pes při nácvičení tohoto chování přestane klikr potřebovat. Běžný majitel nemusí vždycky vystihnout správný okamžik, kdy může klikr u určitého chování přestat používat.

Ať už váš pes rád nezávisle myslí, nebo se s oblibou válí na gauči, nebo zrovna neskáče radostí, když je čas na trénink, tak vám naléhavě doporučujeme zkusit jako první krok klikr. Než se pustíte do zkoušení jakýchkoli her, sportů nebo triků, proberte si nejdřív oddíl Jak nabít klikr, Kliktrénink: Rozcvička a Základy shapingu z této kapitoly plus Shapingové hry z kapitoly 7. Účelem těchto her je vzbudit v psovi touhu získat co nejvíc kliknutí a shaping dodává psimu žákovi větší pocit kontroly než běžný trénink. Díky tomu můžete i ve zdánlivě „tvrdohlavém“ psovi vzbudit doslova nadšení pro tréninkový proces. Na tomto základě pak můžete používat klikr při učení nejrůznějších dalších aktivit z téhle knihy, protože váš pes už bude vědět, že kliktrénink s vámi je ta nejlepší věc na světě.

Konečné rozhodnutí, jestli klikr začleníte do výcviku, je na vás. Může to být velmi užitečný nástroj, ale pouze pokud ho budete používat správně. Některé z aktivit v téhle knize jsou specificky navrženy pro použití s klikrem, ale u většiny ostatních se můžete rozhodnout, jestli budete úspěchy označovat kliknutím nebo hlasem.

## ZÁKLADNÍ CHOVÁNÍ



### NABÍJENÍ KLIKRU

#### Základní hry

Než se pustíte do her s klikrem, musíte psa naučit, co je klikr a jak funguje. K tomu slouží to, čemu trenéři říkají „nabíjení klikru“. Je to vlastně základní cvičení založené na klasickém podmiňování: naučíte při něm psa, že pokaždé, když uslyší kliknutí, tak po něm bude následovat pamlssek. Díky spojení s pamlsky bude kliknutí (zvané odborně „podmíněný podnět“) vyvolávat u psa vzrušení (zvané odborně „podmíněná reakce“). Klasické podmiňování funguje i u nás. Jaký máte například pocit, když vám cinkne telefon na znamení, že vám přišla esemeska? Když uslyšíte tohle známé cinknutí, tak všechno ostatní v tu chvíli ztratí význam. Ať jste uprostřed přijímacího pohovoru, nebo pracujete nahoře na žebříku, tak když se ohlásí esemeska, nedokážete odolat vzrušení a musíte si ji přečíst. To proto, že už máte na základě klasického podmiňování spojené ono typické cinknutí s příjemným následkem: esemeskou od maminky nebo vtipnou poznámkou od kamarádky. Kdyby se vám ale telefon porouchal a začal opakovaně cinkat i bez příchodích esemesek, tak by vás ono vzrušení časem opustilo. To cinknutí

**P i „nabíjení“ klikru se pes rychle naučí, že si má kliknutí spojit s odměnou.**





má totiž význam, jedině když po něm následuje něco žádoucího. Jelikož psi reagují na klasické podmiňování úplně stejně, tak trenéři klikají a dávají psům pamlsky, aby je nadchli pro trénink.

Aktivity s klikem jsou užitečné pro psy, kteří:

- se dostávají do problémů kvůli zvědavosti (což se projevuje ničivým chováním),
- jsou hodně aktivní nebo rádi řeší problémy,
- potřebují ventil pro svou energii,
- bojí se přiblížit k majiteli,
- potřebují aktivity podporující sebedůvěru,
- mají sklony k panovačnosti nebo k vyžadování pozornosti,
- nemohou být fyzicky aktivní kvůli problémům se zdravím, počasí nebo z jiných důvodů,
- jsou schopní se soustředit jen krátkou dobu,
- ignorují při výcviku majitelův hlas,
- a v mnoha jiných situacích!

### „NABÍJENÍ KLIKRU“ – JAK NA TO

1. Připravte si klikr a asi pětadvacet malých kousků pamlsků s velmi vysokou hodnotou: maso,

párek, sýr nebo něco podobného. Pamlsky si schovejte za záda, do kapsy nebo do pamlskovníku. Zaveďte psa na klidné místo.

2. Nechte psa, ať si dělá, co chce. Nedávejte mu pokyn, aby si sedl, ani aby provedl jiné chování. Teď půjde jen o to, abyste ho naučili spojení mezi kliknutím a pamlskem, takže nezáleží na tom, co dělá.
3. Jednou klikněte a ihned hoďte na podlahu pamlsk (nebo ho dejte psovi do tlamy). Pamlsk by měl následovat během zlomku sekundy po kliknutí, aby si pes mezi nimi vytvořil spojení.
4. Udělejte několikasekundovou pauzu a pak znovu klikněte a hned dejte psovi pamlsk. A znovu. Během této činnosti můžete chodit po místnosti, nemusíte stát na jednom místě. Vše opakujte, dokud vám nedojdou pamlsky.

### Jak dál

Několik dní po sobě opakujte cvičení jednou nebo dvakrát denně. Až uvidíte, že se na vás pes začne soustředit, jakmile zaslechne kliknutí, znamená to, že můžete po kliknutí mírně změnit dobu reakce. Při příštích několika cvičeních:

- někdy klikněte a počkejte půl sekundy, než dáte pamlsk
- někdy klikněte a počkejte jednu sekundu, než dáte pamlsk
- někdy klikněte a počkejte dvě sekundy, než dáte pamlsk
- někdy klikněte a počkejte tři sekundy, než dáte pamlsk

Díky tomu pes získá jistou flexibilitu pro budoucí trénink, což bude užitečné v případech, kdy nemůžete podat pamlsk těsně po kliknutí. Pes zjistí, že i když to několik sekund trvá, tak po kliknutí nakonec vždycky přijde pamlsk.



### KLIKRTRÉNINK: ROZCVI KA Základní hry

**Předpoklad:** Nabítý klikr

Uvědomte si, jak velkou máte v životě svobodu. Pokud si chcete dnes večer uvařit těstoviny, stačí, když si zajdete do obchodu, nakoupíte přísady a uvaříte si přesně to jídlo, jaké vám chutná. Nudíte se a chcete se zabavit? Můžete si vybrat, jestli vyrazíte ven nebo zůstanete doma a čím se zabavíte. Toužíte po troše čerstvého vzduchu? Tak si můžete zajít na procházku.

Váš pes tolik možností výběru nemá. Jídlo, které žere, aktivity, které provozuje, i množství a druh pohybu, který si může dopřát, mu vybíráte vy. Psi jsou neuvěřitelně chytrá zvířata, a proto je důležité jim dodat aspoň určitý pocit samostatnosti. To neznamená, že byste měli dát Fidovi klíčky od auta nebo mu umožnit volný přístup do ledničky, ale díky klikrtréninku mu můžete poskytnout větší volnost při rozhodování.

Při této hře dáte psovi nějaký předmět, například prázdnou krabici. Nebudete ho nutit, přemlouvát ani navádět k žádné interakci s předmětem, ale až se k jakékoli interakci rozhodne sám od sebe, tak kliknete a odměníte ho. To, jestli „vyhraje“ kliknutí nebo ne, budou určovat jeho vlastní rozhodnutí. Jakmile pes pochopí, jak si vysloužit další kliknutí, může začít dělat s předmětem, co bude chtít. Je to, jako by na vás volal: „Já vím, jak tě přimět ke kliknutí. Koukej na tohle!“

Při téhle hře ještě neočekáváte žádnou konkrétní interakci s předmětem, takže pes může získat kliknutí a pamlsk za kterékoli z těchto chování (i za mnoho dalších):

- podívá se na krabici
- přiblíží se ke krabici
- dotkne se krabice nosem nebo jinou částí těla
- štouchne do krabice tlapkou
- dá do krabice hlavu nebo tlapku (tlapky)

K této aktivitě nemusíte používat kartonovou krabici. Stejně dobře vám poslouží plastová nádoba na potraviny nebo bednička. Někteří psi se těchto předmětů z domácnosti bojí; v tom případě klidně použijte cokoli jiného, třeba poskládaný ručník, psi hračku nebo jinou věc, kterou už zná. Jediné další nástroje, které potřebujete, jsou klikr a hrst skvělých pamlsků. Někteří psi udělají cokoli i za své běžné granule. Ale pokud by váš pes dostával radši něco chutnějšího, neváhejte použít odměnu s vysokou hodnotou, abyste psa dostatečně odměnili za jeho úsilí. Vždyť koneckonců usilovně přemýšlí.

### KLIKRTRÉNINK: ROZCVIČKA – JAK NA TO

1. Vezměte psa, klikr, pamlsky a krabici do klidné místnosti. Krabici dejte na podlahu.
2. Pokud k ní pes ihned zamíří, aby si ji prohlédl, klikněte a hoďte pamlsk do blízkosti krabice. Pokud o ni neprojeví žádný zájem, buďte trpěliví. Až směrem ke krabici třeba jen pootočí hlavu, klikněte mu za to a hoďte mu pamlsk. Klikejte za všechny, i sebemenší interakce, které nabídne.
3. Při jakékoli další interakci psa s krabicí pak zase klikněte a hoďte mu pamlsk. U této hry setrvejte jen pět minut nebo i méně a ukončete ji, dokud pes bude ještě projevovat zájem.
4. Tento prvek procvičujte, kdykoli budete mít pár minut volného času. Až uvidíte, že psa interakce s krabicí opravdu baví, můžete postoupit k pokročilejšímu chování, viz Základy shapingu.

Tahle hra poslouží jako skvělé cvičení i vám. Naučí vás poskytovat zpětnou vazbu pomocí klikru, a nikoli hlasem. Sice můžete psa i chválit, ale vždycky mu nejdřív klikněte a hned po kliknutí mu dejte pamlsk. Pak můžete jásat podle libosti!

## ★ KONTROLUJ SI MĚ Základní výchování

Stává se vašemu psovi, že občas zapomenete, že existujete, když s ním jdete na vodítku nebo ho necháváte hrát v parku? V takovou chvíli je zbytečné mu dávat pokyny jako „sedni“ nebo „zůstaň“, protože úplně zapomněl, že jste s ním. A pokud ani neví o vaší přítomnosti, jak by si mohl sednout na váš pokyn? Nejdřív mu musíte připomenout, že jste hned vedle něj. Teprve pak od něj můžete požadovat jakékoli složitější chování. Cvičení Kontroluj si mě vašeho psa naučí, že kontrolovat si vás pomocí očního kontaktu je neuvěřitelně skvělé, a to i když kolem poskakují veverka nebo když na cestě přímo před vámi leží nedojedený rohlík. Tahle jednoduchá tréninková hra může mít obrovský vliv na vztah mezi psem a člověkem, protože vašeho psa naučí, jak s vámi komunikovat. Stačí, aby se na vás podíval, a už vás má na přímé lince. A jelikož vy téhle „mluvě“ rozumíte, můžete odpovědět buď tím, že mu dáte to, o co vás žádá, nebo že jeho žádost jemně zamítnete. Zní to až příliš krásně na to, aby to byla pravda? Nebojte se, není to tak obtížné, jak si možná myslíte. Musíte ovšem začít od jednoduché úrovně a rozvíjet dovednosti psa postupně a metodicky.

První krok cvičení Kontroluj si mě bývá nejobtížnější; proto s ním začněte na místě, kde je co nejméně rušivých podnětů. Ze začátku psa odměňujte i za sebekratší pohled na váš obličej. Kritéria jsou zpočátku relativně nízká, aby měl pes zaručený úspěch. Počáteční úspěchy ho budou motivovat, aby na vyšších úrovních pracoval usilovněji. Pokud jste s ním už absolvovali výše popsanou hru s kliktréninkem, doporučujeme vám, abyste k označení jeho očního kontaktu použili zase klikr. Díky tomu budete mít přesnější načasování (psí pohled se totiž může velmi rychle



**Krok 2: Hank se dívá na pamlsk, který má Sarah v ruce. Sarah nehybně stojí a nic ne říká.**

odvrátit) a klikr navíc vnese do hry Kontroluj si mě ještě větší vzrušení.

Hra Kontroluj si mě je užitečná pro psy, kteří:

- vyskakují, štěkají nebo projevují jiná nežádoucí chování, když něco chtějí
- mají potíže se soustředěním
- zapomínají na přítomnost majitele při procházkách na vodítku, v psím parku a v podobných situacích
- jsou doma teprve krátce a ještě nejsou navázaní na majitele
- vyhýbají se očnímu kontaktu s majitelem
- jsou až příliš nezávislí

### KONTROLUJ SI MĚ – JAK NA TO

1. Sedněte si nebo se postavte proti psovi. V natažené ruce držte pamlsk. Nedávejte psovi žádný pokyn, neříkejte vůbec nic. Udržujte s ním oční kontakt, aby věděl, že mu věnujete pozornost, ale oči i tělo mějte uvolněné.  
TIP: Pokud si nejste jistí, jestli vaše tělo nebo oči vypadají uvolněně, nacvičte si to nejdřív před zrcadlem. Nesmíte na psa působit konfrontačním dojmem.
2. Čekejte (a čekejte a čekejte), dokud se na vás pes nepodívá. Většina psů se dívá nejdřív na



**Krok 3: Úspěch! Hank se dívá Sarah přímo do očí.**

pamlsk, vyskakuje, aby se k němu dostala, štěká, kňučí a podobně. To všechno ignorujte!

3. V okamžiku, kdy se vám podívá na obličej, ihned to označte slovem „ano!“ nebo kliknutím a odměňte psa pamlskem z ruky. Stačí i letmý pohled. Ze začátku nebuďte příliš nároční.

### Jak dál

Prvek Kontroluj si mě procvičujte v nejrůznějších prostředích se stále větším množstvím rušivých vlivů:

- **První stupeň základní školy:** Procvičujte



**Sarah Hanka ihned odměňuje.**

doma, odměňujte pamlsky, miskou s krmením nebo hračkou, se kterou si pes chce pohrát.

- **Druhý stupeň základní školy:** Požadujte od psa, aby s vámi navázal oční kontakt, když chce, abyste mu otevřeli dveře, když si k vám chce vyskočit na gauč nebo když doma touží po jiných aktivitách. Za odměnu mu nemusíte dávat pamlsk, protože odměnou pro něj bude to, že mu dovolíte něco udělat.
- **Střední škola:** Procvičujte venku s pamlsky nebo hračkami v místech, kde je málo rušivých podnětů.

## PROBLÉM S VOLNÝM PŘÍSTUPEM KE KRMIVU

Jednou z nejúčinnějších odměn za dobré chování může být krmení. Psa musíte nakrmit tak jako tak; co kdybyste mu tedy dali pokyn, aby si sedl, než mu krmení připravíte? Někteří psi ale mají volný přístup ke krmení čtyřicet hodin denně. Podle našeho názoru ovšem tato praxe není vhodná; naléhavě vám doporučujeme, abyste psovi dávali každý den krmení v pravidelnou dobu a aby měl na jeho snědení jen určitý omezený čas. Proč?

Krmivo představuje velmi účinný nástroj, kterým psa povzbudíte k dobrému chování, ale pokud k němu bude mít neustálý přístup, tak pro něj ztratí hodnotu. Psi, kteří mají volný přístup ke krmivu, patří k těm nejobtížnějším případům při výcviku pomocí pozitivního posilování. Pes, který má volný přístup ke krmivu, si řekne: Proč bych měl sedat, abych od tebe získal odměnu, když se můžu najíst, kdykoli mám chuť, a sedat kvůli tomu nemusím? Je to podobné, jako když bude mít teenager neomezený přístup k bankovnímu účtu svých rodičů; pak se nikdy naučí, jaká je hodnota peněz, protože je bude mít pořád k dispozici. Proč by měl pracovat, brzy ráno vstávat a nechat se komandovat od šéfa, když vlastně peníze za práci nepotřebuje? Stejně tak ani váš pes nebude mít motivaci, aby způsobně seděl, když chce získat pamlsk, jestliže na něj v kuchyni čeká miska plná pamlsků úplně zadarmo. Když budete mít pod kontrolou jeho přístup ke zdrojům, jako je krmivo, zvýšíte tím jejich hodnotu, a tím zvýšíte i motivaci psa, aby za ně odvedl nějakou práci.

- **Vysoká škola a výš:** Procvičujte venku s pamlsky, hračkami nebo dovolením nějaké činnosti (například vpuštěním do branky psiho parku) ve stále rušivějších oblastech.

Jakmile začne váš pes považovat hru Kontrolu si mě za zábavnou, bude se na vás možná občas dívat i během procházek, jen proto, aby si vás zkontroloval. Pokud to udělá, hned chování označte a štědrě ho odměňte. To totiž znamená, že už začíná považovat *jakýkoli* čas za výcvikový, a to je základem pro celkové dobré vychování. Čím víc budete jeho správná rozhodnutí odměňovat a chválit, tím více správných rozhodnutí bude přijímat i v budoucnu.

### ★ **EKNI „PROSÍM“** Základní vychování

Vzpomínáte si, že když jste byli malí, tak vás učili, že když něco chcete, máte říct kouzelné slůvko „prosím“? Pokud jste „prosím“ neřekli, tak bylo zle – nedostali jste moučník a nedovolili vám jít si hrát ven. I váš pes se může naučit své kouzelné slůvko. Ale jelikož psi komunikují tělem, a ne slovy, říkají „prosím“, no ano, zadkem. Samozřejmě je zase řeč o onom všemocném sednutí. Když totiž pes sedí, tak zároveň nemůže vyskakovat, chňapat nebo pobíhat. Sezení je už svou podstatou způsobné chování, a proto to může být i prostředek, kterým bude pes žádat o cokoli, po čem touží. (Pokud je pro vašeho psa pohodlnější, když si lehne, například jako Beans na fotografiích, tak to samozřejmě také může znamenat způsobné „prosím“.)

Cílem u lidí i u psů je naučit daného jedince, aby se sám rozhodl, že se bude chovat způsobně, když bude něco chtít. Čtrnáctiletému dítěti už by nemělo být třeba připomínat, aby řekl „prosím“ pokaždé, když chce zákusek, a stejně tak by nemělo být třeba připomínat psovi „sedni, *sedni*, SEDNI“

pokaždé, když chce, abyste mu hodili míček. To už byste neměli výslovně říkat. Pes by měl totiž sám přijít na to, že když sedí, tak si vyslouží to, co chce. Když bude vyskakovat, tak to, co chtěl, zmizí. Výsledek určuje on svým chováním, což znamená, že má tu moc přivolávat dobré věci tím, že si sedne, nebo je naopak zahnat tím, že vyskočí.

Od této chvíle si váš pes bude muset vysloužit to, co bude chtít, tím, že řekne „prosím“, tedy že si sedne. Žádné sednutí, žádná odměna. Váš každodenní život je plný tréninkových příležitostí, při kterých můžete požadovat způsobné chování: podávání misky s krmením, aportování nebo přetahování, připínání vodítka, otevírání dveří a podobně. Když tyto příležitosti budete využívat, tak se váš pes naučí, že výcvik probíhá vlastně pořád, nejen během oficiálních výcvikových lekcí. A když bude výcvik probíhat pořád a on si bude muset všechny dobré věci vysloužit kouzelným slůvkem (tedy kouzelným chováním), tak budete mít psa, který bude ochotný se vlastně pořád chovat co nejlíp, a ne psa, který si sedne nebo zůstane na místě, jen když uvidí, že vytahujete pamlsky.

Hra ekni „prosím“ je užitečná pro psy, kteří:

- vyskakují, štěkají nebo projevují jiná nežádoucí chování, když něco chtějí
- mají potíže se soustředěním
- prosviští kolem majitele ven, jakmile otevře dveře
- jsou doma teprve krátce a ještě nejsou navázaní na majitele
- jsou frustrovaní, když hned nedostanou to, co chtějí
- všímají si majitele, jedině když drží v ruce pamlsky

K procvičování hry ekni „prosím“ vám nabízíme tři aktivity: První se týká dobrých věcí, které dáváte v předklonu, tedy podávání misky



**Krok 2: Beans nabízí Kate zp sobné chování, takže „výtah“ m že za ít sjížd t.**

s krmením a připínání vodítka. Druhá je vhodná pro zahajování hry s hračkou. Třetí souvisí s chováním na prahu, konkrétně u dveří a branek.

### AKTIVITA 1: ŘEKNI „PROSÍM“ U MISKY S KRMENÍM – JAK NA TO

Při této aktivitě bude vaše tělo představovat jakýsi výtah, který psovi přináší úžasné věci. Miska s krmením nebo hračka, ze které padají granule, snadno motivuje k dobrému chování, protože jídlo je motivující už svou podstatou. Tato aktivita vašeho psa naučí, aby si sedl a zůstal na místě bez jakýchkoli slovních pokynů. Jediné slovo, které řeknete, bude „OK“, kterým psa ze sezení uvolníte. Veškerou zbývající komunikaci zajistíte pomocí řeči těla: když bude pes sedět, tak mu bude výtah (vaše tělo) pomalu svážen misku s krmením níž a níž. Pokud zvedne zadek ze země, výtah se okamžitě vrátí do horního patra (napřímíte se a začnete znovu) a zůstane tam, dokud si pes znovu nesedne.

1. Dejte do misky pár kousků krmiva. Postavte se vzpřímeně s miskou v ruce proti psovi. (Kate tady klečí jen proto, aby mohly být fotky menší.)



**Krok 3: Všimn te si, že Kate dává misku do strany, ne p ím ed Beans.**

**TIP:** Pokud je pes hodně blízko u vás, držte misku trochu do strany. Měla by být co nejdál od psa, abyste ho neprovokovali tím, že mu budete „svážet“ misku dolů přímo před obličejem.

2. Počkejte, až si pes sedne (nebo lehne jako Beans). Můžete se na něj laskavě dívat, ale nic neříkejte a nehýbejte se, abyste mu nedopatřením nedali nějaký signál navíc. Pokud vyskočí, začne štěkat nebo se bude snažit dostat k misce, jednoduše zůstaňte nehybně stát a nevšímejte si ho.
3. Až si sedne, začne se výtah – vaše tělo – pomalu spouštět dolů. Misku držte psovi co nejdál od obličeje.
4. Stejně postupujte, i kdyby pes vstal nebo vyskočil, až se mu bude miska blížit k úrovni nosu. V okamžiku, kdy vstane, vyjeďte s výtahem rychle zpátky nahoru, ale nic neříkejte. Pes sám zjistí, že jeho jednání mělo své následky. Až bude znovu sedět, může začít výtah znovu sjíždět dolů. Ze začátku budete muset výtah pravděpodobně vrátit nahoru několikrát. To je normální součást procesu učení.
5. Až postavíte misku na zem, řekněte „OK“ – tím psa uvolníte a dovolíte mu, aby si snědl její obsah.



**Krok 5: Když je celá sekvence dokončená, dá Kate uvolovací pokyn...**

**TIP:** Pokud pes ještě nedokáže vydržet v sedu příliš dlouho, řekněte „OK“, už když vám miska dojde na úroveň boků, a pak ji rychle postavte na zem, aby si mohl sníst její obsah. Při každém opakování pak sjeďte s miskou vždy o kousek níž – na úroveň stehien, kolen, lýtek a tak dále – a teprve pak řekněte „OK“. Možná to bude trvat několik výcvikových lekcí, než se vám podaří postavit misku až na zem a teprve potom říct „OK“.

#### Jak dál

Až pes zvládne tuto sekvenci, začněte postupně čekat déle a déle, než ho uvolníte pokynem „OK“. Můžete postavit misku na zem, znovu se napřímít a teprve potom psa uvolnit. Pak můžete od misky udělat krok stranou a až potom psa uvolnit a tak dále. Techniku výtahu můžete aplikovat i na jiné situace.

- Pokud váš pes rád chodí ven a nechce klidně sedět při připínání vodítka, postupujte stejně.
- Pokud váš pes miluje hlazení, ale když ho pohladíte, tak začne vyskakovat (například když je celý rozrušený z toho, že jste se vrátili



**... a Beans si může sníst pamlsky!**

domů), postupujte stejně a pohlázení mu dejte za odměnu, až se posadí.

**Pro které psy je tou nejvyšší odměnou, když si mohou pohrát s oblíbenou hračkou.**



#### AKTIVITA 2: ŘEKNI „PROSÍM“ U HRY – JAK NA TO

Aportování, přetahování, schovávání, honička a jiné hry, to všechno jsou fantastické možnosti, jak budovat vztah mezi vámi a psem a současně mu umožnit, aby „vypustil trochu páry“. I při těchto hrách se dá skvěle posilovat dobré vychování. Jedině se způsobilým psem si totiž majitel za odměnu pohraje. Naopak nevychovaný pes o příležitost ke hře s majitelem přijde. Jelikož hra je pro psa už svou podstatou motivační, tak se brzy naučí, že se mu vyplatí chovat se způsobilě a říct „prosím“. Následující kroky platí pro hry s hračkou nebo s míčkem.

1. Vezměte hračku nebo míček do ruky a postavte se proti psovi. Pokud začne vyskakovat, štěkat nebo běhat kolem vás, nehýbejte se a nic neříkejte. Nedávejte mu pokyn k sednutí, ani neříkejte „ne“. Musí sám přijít na to, že takhle nevychovanost se mu nevyplatí.
2. Až si nakonec třeba jen na sekundu sedne, uvolněte ho pokynem „OK“ a hned mu hoďte míček nebo mu podejte hračku.

**TIP:** Pamatujte na to, že teď chce hračku, ne pamlsky nebo pohlázení. Neoddalujte hru hlazením ani pamlsky.

3. Pokud začne vyskakovat nebo štěkat uprostřed hry, tak hru ukončete. Ihned se k němu obraťte zády a nevímejte si ho; tím mu dáte najevo, že zábavu ukončil on sám svým chováním. Jakmile si způsobilě sedne, můžete hru zahájit znovu.
4. Kroky 1–3 opakujte pokaždé, když bude chtít hodit míček nebo se s vámi přetahovat.

#### Jak dál

Postupně můžete začít od psa vyžadovat, aby vydržel sedět delší dobu, než chování označíte a odměníte. Uvolněte ho slovem „OK“, když vydrží sedět dvě sekundy, pak trvání prodlužte na tři sekundy a tak dále.

#### AKTIVITA 3: ŘEKNI „PROSÍM“ U DVEŘÍ – JAK NA TO

Váš pes to ještě neví, ale je nadaný kouzelnou mocí. Může totiž otevírat dveře silou svých myšlenek; stačí, když řekne „prosím“, tedy když si sedne. Dveře, které mají našťástí kliku mimo dosah psích tlapek, jsou skvělou příležitostí k výuce dobrých mravů. Jednoduše počkáte, dokud si pes nesesedne, a pak mu je za odměnu otevřete. Tohle pravidlo platí nejen u vchodových dveří vašeho domu, ale u jakéhokoli prahu: u zahradní branky, u vchodu do psího parku, u dveří do obchodu s potřebami pro domácí mazlíčky, a dokonce i u dveří do auta (samozřejmě pokud pes naskakuje do auta rád).

Tohle je jeden z případů, kdy je způsobilé chování spojené i s bezpečností. Předčasné vyběhání ze dveří je nebezpečné a vy určitě nechcete, aby pes kolem vás proběhl rovnou pod auto. Když budete důsledně uplatňovat pravidlo, že si otevření dveří

**U dobrého vychování u dveří jde nejen o způsobilost, ale i o bezpečnost.**





### Vyskakování je nezpůsobilé u psů jakékoli velikosti.

vyslouží, jedině když bude sedět, tak se nebude snažit vyběhnout bez dovolení. Špatný návyk se nemůže vyvinout, pokud psovi nikdy nedáte šanci, aby si ho procvičoval a upevňoval.

Upozorňujeme, že první den, až se pes bude novému pravidlu teprve učit, budete potřebovat pořádnou dávku trpělivosti. Ale vydržte. Jakmile pravidlo pochopí, budete mít to nejhorší za sebou a celý proces pak už bude pokračovat mnohem rychleji.

Počítejte s tím, že první lekce bude trvat několik minut, takže se postarejte o to, aby byl pes vyvenčený a nemusel nutně ven kvůli vyprázdnění.

1. Připněte psovi vodítko za pomoci výtahové techniky popsané v oddíle „prosím“ u misky s krmením.
2. Se psem na vodítku dojdete k vchodovým dveřím. Tam se postavte tak, abyste stáli mezi

psím a dveřmi. Udělejte si dostatek prostoru, abyste mohli otevřít dveře a nenarazili do nich.

3. Postavte se proti psovi a laskavě se na něj podívejte. Tiše ignorujte jakékoli nevychované projevy jako vyskakování, kňučení nebo snahy protáhnout se kolem vás.
4. Až bude pes konečně sedět, odemkněte dveře. Jakmile pes uslyší cvaknutí zámku, tak asi vyskočí. V tom případě hned dveře zamkněte a počkejte, až si znovu sedne. Zopakujte to tolikrát, kolikrát bude potřeba, dokud nevydrží sedět během celého odmykání dveří.
5. Odemkněte a pomalu otevírejte dveře, dokud pes sedí. Pokud vstane nebo vyskočí, zase dveře zavřete, počkejte, až si zase sedne, a začnete znovu. Svým tělem a vodítkem mu braňte, aby se nedostal do dveří; určitě mu nechcete přiskřípnout tlapku, až budete dveře zavírat.
6. Teď, když jsou dveře úplně otevřené a pes sedí, dejte uvolňovací pokyn „OK“ a vyjděte ze dveří společně.

### Jak dál

Stejně postupujte u jakýchkoli jiných dveří nebo stanovených hranic, jako je například:

- vstup do kuchyně, když vaříte
- dovolení, aby si k vám pes vyskočil na gauč nebo na postel
- vstup do místnosti, kde stojí lákavý vánoční stromeček, drahý nábytek nebo jiný cenný předmět



### HOTOVO

#### Základní vychování

Když dáte psovi pamlsk, žebra o další? Když mu házíte míček, vyskakuje a štěká, abyste mu házeli dál a dál? To, že pes dotěrně vyžaduje pamlsky, hračky nebo vaši pozornost, obvykle není jeho vina. Musíte ho naučit jasný signál, který

znamená: „hotovo teď už žádná další pozornost“. Je to neuvěřitelně jednoduché, a přitom to může mít na chování vašeho psa obrovský vliv. Nejobtížnější na signálu Hotovo je to, že ho musíte myslet vážně! Jakmile řeknete „hotovo“, musíte skutečně opustit sáček s pamlsky, míček nebo cokoli jiného, o co pes žebra. Když řeknete „hotovo“, ale občas mu povolíte, tak to pro něj bude matoucí a frustrující. Když budete naopak vždycky důsledně dodržovat to, co jste řekli, tak je to vůči němu ve skutečnosti mnohem laskavější.

Signál Hotovo je užitečný pro psy, kteří:

- vyskakují, štěkají nebo projevují jiná nežádoucí chování, když něco chtějí
- neustále dotírají na majitele kvůli pamlskům, hračky nebo pozornosti, i když už interakce skončila
- jsou frustrovaní, když hned nedostanou to, co chtějí

### HOTOVO – JAK NA TO

1. Dejte psovi pamlsk. Počkejte, až ho sní, a pak mu dejte druhý. Teď má určitě velkou radost!
2. Až spolkne i druhý pamlsk, řekněte „hotovo“ a dejte mu navíc vizuální signál. To může být zavrtění hlavou, založení paží, pokrčení ramen nebo cokoli jiného, co vás napadne.
3. Ihned se otočte nebo odejděte od psa. Ignorujte jakékoli jeho pokusy o opětovné získání vaší pozornosti.
4. Až pes své snahy o získání pamlsku vzdá, můžete mu začít věnovat pozornost znovu.

### Jak dál

Signál Hotovo můžete používat u čehokoli, co vás pes vyžaduje, například u:

- hlazení
- aportování nebo přetahování
- trénování

## POKRO ILÁ CHOVÁNÍ

Jakmile si vy i pes vypěstujete kontrolu impulzů prostřednictvím základních chování popsanych v této kapitole, můžete tyto dovednosti začít nejrůznějšími směry rozšiřovat. Stejně jako předtím stále platí, že byste měli co nejméně používat verbální komunikaci. Následující aktivity mají vašeho psa naučit ještě více nezávisle myslet, vydržet déle v klidu a kontrolovat své impulzy za přítomnosti intenzivnějších rušivých podnětů. Ve všech případech získá pes odměnu za to, že *nebu*de impulzivně reagovat. Čím víc situací využijete k procvičování této zásady, tím spíše se z ní stane součástí jeho běžné interakce se světem.



### KLIKTRÉNINK: ZÁKLADY SHAPINGU Pokročilé hry

**Předpoklad:** Klikrtrénink: Rozcvička

Při rozcvičce jste klikali a odměňovali psa za každou interakci s krabicí. Tahle nová hra teď zpřístupní kritéria a zavede tréninkový styl, kterému se říká „free shaping“ neboli volné tvarování a při kterém člověk kliká a odměňuje kroky, které se čím dál více blíží k určitému konečnému cíli. Při shapingu už budete mít na mysli určitý tréninkový cíl. Budete například chtít, aby pes dal do krabice tlapku. Nebudete se dotýkat ani krabice ani psa, ani mu nebudete dávat žádné pokyny. Postavíte se stranou s klikrem a hrstí úžasných pamlsků a necháte psa, aby sám přišel na to, co je podstatou hry. Na základě vašeho klikání postupně zjistí, co je cílem. Nejdřív budete klikat i za sebemenší interakci s krabicí, třeba za to, že se na ni pes podívá nebo k ní udělá krok. Postupně se jí dotkne tlapkou a nakonec dá tlapku dovnitř.

Nejdřív si vyberte předmět, se kterým má pes provádět interakci. Potom si vyberte cíl: jednu jednoduchou interakci, kterou má pes s předmětem

provádět. U psů, kteří rádi používají nos, může být cílem třeba to, že se předmětu dotknou nosem. Někteří psi zase rádi štouchnou do věcí tlapkou; u nich by se hodilo pošouchnutí předmětu tlapkou. Pro jiné psy, jako je třeba Fever na fotografii, je největší zábava, když mohou do něčeho skočit. Následující kroky popisují shaping toho, co dělá Fever, ale vaším cílem může být úplně jiné chování.

### ZÁKLADY SHAPINGU – JAK NA TO

1. Postavte krabici na klidné místo a počkejte, až si jí pes všimne. Když se podívá na krabici, kliknete a ihned mu hodíte nebo podáte pamlssek. Tohle zopakujte několikrát, dokud nevidíte, že se pes opakovaně dívá na krabici, aby si vysloužil kliknutí. (Měl by to být pohled několikrát za minutu, ne jeden pohled za několik minut.)
2. Zvyšte jedno kritérium, abyste se dostali o krůček blíž ke konečnému cíli. Když se teď pes podívá na krabici stejně jako předtím, neklikejte. Počkejte, co nabídne dál. Když udělá jakýkoli pohyb směrem ke krabici, klikněte a dejte mu pamlssek. Stačí jeden krok ke krabici. Klikte za opakované pohyby na této úrovni.

**Krok 3: Fever dala do krabice dvě tlapky. Už je naplavená!**



**TIP:** Někteří psi si velmi rychle zvyšují kritéria sami. Jiní potřebují více kliknutí na jedné úrovni, než jsou připraveni na zvýšení kritérií. Postupujte tempem svého psa.

3. Pokračujte v tvarování chování po drobných krůčcích směrem ke konečnému cíli. V tomto případě by pes měl dát nejdřív jednu tlapku na krabici a pak do krabice. Pak dá do krabice další tlapku a tak dále, až bude mít nakonec v krabici všechny čtyři tlapky.
4. Jakmile pes provede cílové chování opakovaně několikrát po sobě, můžete k tomuto chování přidat pokyn. Můžete například říct: „hop do krabice!“, počkat, až pes skočí do krabice, a pak kliknout a odměnit.

### Jak dál

Tuhle hru zkoušejte s nejrůznějšími interakcemi a různými předměty. Můžete tak naučit psa, aby se předmětů dotýkal nosem a tlapkou, nebo ho můžete dokonce naučit, aby nějaký předmět zvedl ze země, posunul ho a podobně. Některé z těchto her jsou popsány v kapitole 7.

**Krok 4: Teď, když Fever vlezla do krabice několikrát po sobě, ty mi tlapkami, má Sarah jí připojit k tomuto chování pokyn.**



### TRPĚLIVOST SE VYPLATÍ Pokročilé vychování

**Předpoklad:** jakékoli základní chování, například Sedni, Lehni nebo Ruka-target

**Využití:** Agility

Co udělá váš pes, když vám upadne na zem něco k jídlu? Čeká trpělivě, až mu dovolíte si to sníst? Asi ne! Pravděpodobně se na jídlo vrhne v okamžiku, kdy dopadne na zem, a uchvátí si ho pro sebe, než si stihnete uvědomit, co se stalo. Trpělivost je totiž něco, co se musí teprve naučit.

Při této aktivitě se váš pes dostane do blízkosti odměny, třeba pamlsku, hračky nebo „odměny ze života“, například přístupu na gauč. Ale jen tak snadno ji nezíská; bude si ji muset vysloužit tím, že nejdřív uskuteční nějaké jednoduché způsobné chování. Povolení, aby si vzal odměnu, získá, jedině když vám bude pozorně naslouchat. Jinými slovy, když vám bude naslouchat, otevře mu to cestu k pamlskům, hračkám, svobodě i všem ostatním dobrým věcem v životě.

Trpělivost se vyplatí je základní dovednost, která se používá při agility, kdy psi nabití energií musí na startu zůstat sedět, ležet nebo stát, dokud je psovod neuvolní a nedovolí jim vyběhnout na první překážku. Kdyby tihle psi neměli nacvičenou kontrolu impulzů, tak by při takovém intenzivním tlaku a vzrušení nedokázali vydržet v klidu. Hra Trpělivost se vyplatí je užitečná pro psy, kteří:

- obecně nemají dostatečnou kontrolu impulzů, obzvláště v blízkosti jídla nebo hraček
- vyskakují, štěkají nebo projevují jiná nežádoucí chování, když něco chtějí
- jsou frustrovaní, když hned nedostanou to, co chtějí

### TRPĚLIVOST SE VYPLATÍ – JAK NA TO

1. Připněte psovi vodítko dlouhé metr až metr a půl a postroj, který mu nebude působit bo-

lest, kdyby udělal výpad dopředu.

2. Hodte hračku nebo pamlssek asi metr a půl před sebe. Vzdálenost závisí na vašem psovi: předmět by měl být tak daleko, aby byl pro psa lákavý, ale ne zase tak lákavý, aby od něj nedokázal odpoutat pozornost.
3. Pes vás pravděpodobně potáhne na vodítku k předmětu. Nehybně stůjte a držte vodítko tak, aby se k předmětu nedostal.



**Krok 3: Ne tak rychle, Batmane!**

4. Dejte mu pokyn, aby provedl nějaké jednoduché chování, které už má naučené. Vhodné je například zasednutí, zalehnutí nebo ruka-target.
5. Pes bude pravděpodobně soustředěný na hračku nebo pamlssek, takže vás nebude poslouchat. Pokud ale pokyn hned nesplní, jen trpělivě čkejte a pokyn neopakujte. V duchu počítejte do deseti, aby měl pes příležitost vyřešit problém

**Krok 6: Batman si způsobil sedá před Kate a navazuje s ní o ní kontakt, aby mu dovolila vzít si pamlssek.**





Kate Naito, Sarah Westcottová

## **HROU K DOBRÉMU VYCHOVÁNÍ**

Jak získat skvělého psího parťáka pomocí sportu, her a triků

Z anglického originálu Play Your Way to Good Manners, vydaného nakladatelstvím

Fox Chapel Publishing Inc., přeložila Jana Dušková

Redakce Jan Šehoř a Zuzana Pallová

Sazba Matěj Barták

Vydal Pavel Jeřábek – Nakladatelství PLOT, Bělohorská 2,

169 00 Praha 6, [www.plotknihy.cz](http://www.plotknihy.cz), jako svou 376. publikaci

Tisk Těšínské papírny s.r.o., 2020

Vydání první, Praha 2020

**ISBN 978-80-7428-384-0**