

RAUHOITTUMINEN



Materiaalin kaikenlainen kopiointi ehdottomasti kielletty



MOBIDOGI

Vähintäänkin yhtä tärkeää kuin mitä aktiivinen liikunta ja aivojumppa, aktivointi ja virikkeellistäminen on, on rentoutumisen harjoittelu. Koiran arjessa on hyvä olla välillä ”tylsiiä päiviä”, jolloin ei tapahdu mitään jännittävää, ja jolloin lenkit tehdään tutuissa maastoissa, eikä tarjota ylenpalttisesti koiralle virikkeitä .

Ohessa ohje, jonka avulla voit harjoitella koirasi kanssa rauhoittumista.

Myöhemmässä vaiheessa, koiran oppiessa ”rentoutumaan käskystä”, on taidosta hyötyä etenkin helposti kiihtyvien koirien kanssa, joita on vaikea saada hallintaan jonkin kiihdyttävän toiminnon jälkeen (viretilan hallinta).



Tee näin:

Odota hetkeä, jolloin koira on rauhallinen (esim. illalla kun tiedät sen kohta käyvän lepäämään). Anna koiran rauhoittua, seuraa hengitystä milloin rauhoittuminen tapahtuu.

Mene lattialle makaamaan sen viereen.

Silitä koiran kylkiä pitkillä, painavilla vedoilla.

Voit silittää myös kaulan aluetta.

Kun huomaat koiran rauhoittuvan (seuraa taas eleitä ja hengitystä), voit silittäessäsi toistaa rauhallisesti sitä sanaa, jonka haluat rentoutumiseen liittää; esim. ”rauhassa... rauha...” tms.



Voit harjoitella tätä vaikka iltaisin.

Toistojen kautta koira alkaa yhdistää mielentilan ja sanan, ja myöhemmin sanan kuullessaan ”kierrokset alkavat laskea” kun rentoutumista halutaan.

Vaikeuta harjoittelua rentoutumisen opetteluun myötä kun toiminto on varma: leikitä koira välissä ja sitten katkaise leikki ja älä tee mitään: odota vain koiran rauhoittumista. Sen jälkeen toista samaa sanaa rauhoittumiseen ja jälleen toista leikki, lopeta, rauhoita, jne.





TSEMPPIÄ MATKAAN!

**Jos ongelmia
ilmaantuu, ota
etäyhteys!**

Materiaalin kaikenlainen kopiointi ehdottomasti kielletty

