



## **PARTE 2 - L'ARTE DI GESTIRE IL GUINZAGLIO**

Prima di spiegarti come gestire il guinzaglio nel modo corretto, iniziamo col vedere cosa **assolutamente non fare**.

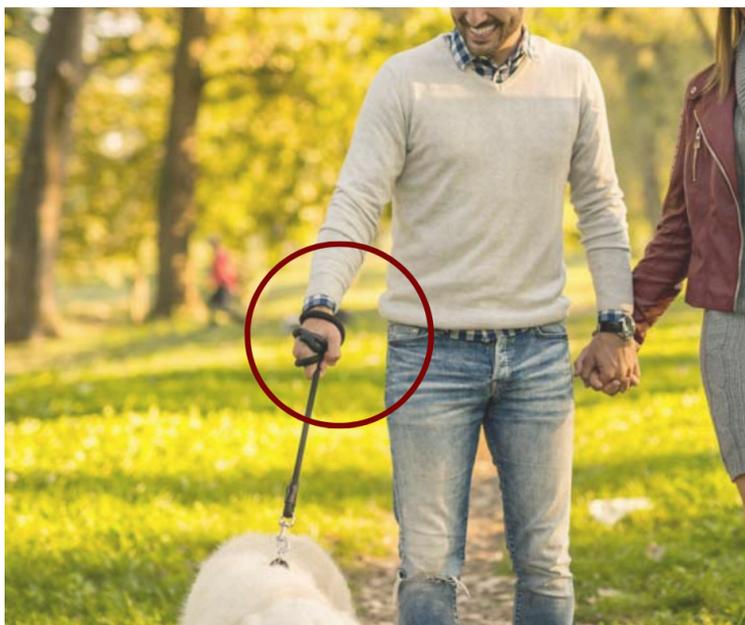
Uno degli errori più comuni è **arrotolare il guinzaglio attorno al polso**. È un gesto che molti fanno automaticamente, soprattutto quando si trovano in difficoltà o temono di perdere il controllo.

Ma attenzione: questa manovra dà solo **l'illusione** di avere il controllo.

Il più delle volte, non solo **non aiuta**, ma aumenta la **frustrazione** del cane, che si sente **bloccato** e impedito di fare qualsiasi cosa e sbilancia te.

E, ancora più importante, **blocca la comunicazione**.

**Perché?**



Perché questo tipo di presa **irrigidisce il tuo braccio, sbilancia il tuo baricentro** e ti costringe in una postura poco fluida.

Il risultato? Il tuo corpo **non comunica più nulla di leggibile** per il cane.

Inoltre abbiamo già analizzato come la frustrazione di essere legati o bloccati dal guinzaglio sia una delle principali cause per cui i cani hanno escalation emotive e quindi comportamentali.

Ma c'è un altro effetto collaterale importante da comprendere: **più tendiamo il guinzaglio, più impediamo al cane di uscire emotivamente da quella situazione.**



Il cane ha bisogno di **percepire che può muoversi** per autoregolarsi.

Quando il guinzaglio è teso, ogni tentativo viene annullato: resta “incastrato” nella difficoltà, impossibilitato a calmarsi o a prendere distanza emotiva da ciò che lo sta attivando.

Capisco perfettamente che in quei momenti possa subentrare un **bisogno di sicurezza** da parte nostra, un istinto di trattenere per “non rischiare” di cadere.

Ma è fondamentale sapere che questo tipo di reazione **non è funzionale**.

Possiamo garantire sicurezza in altri modi, molto più efficaci, che non creino ulteriore tensione né nel cane, né in noi stessi.

**Se hai difficoltà a sentirti stabile quando porti il tuo cane in giro, scrivimi.**

Posso consigliarti una strategia pratica che ti aiuti a sentirti sicura, **senza avere la sensazione di essere trascinata via.**



Il nostro obiettivo, invece ora è quello di **costruire collaborazione e cooperazione.**

Da qui in poi analizziamo varie opzioni di gestione del guinzaglio che puoi via via implementare nella vostra passeggiata.

## **Gestione del guinzaglio a 2 mani**

Abbiamo già accennato al fatto che offrire un guinzaglio più lungo al cane non significa che perdiamo in termini di sicurezza e gestione.

Quando l'ambiente è tranquillo e adeguato, potrai gestirlo con una **sola mano,**

Al contrario, in situazioni più complesse – come passaggi stretti, incroci ravvicinati o spazi dove serve maggiore contenimento – potrai passare a una **gestione a due mani,** che ti permetta di tenere il cane più vicino, con **più precisione ma sempre senza tensione.**

La chiave qui è imparare a non arrotolare mai il guinzaglio quando è necessario raccoglierlo, ma a farlo scivolare tra le mani con consapevolezza, adattando la lunghezza a ciò che richiede il momento.

È un gesto semplice, ma che fa una **grande differenza.**



Nel video qui sotto ti mostro il modo corretto di gestire il guinzaglio con due mani, in modo da avere **stabilità, e comunicazione, senza rigidità.**

 [Ora guarda il video](#)

## **Il riflesso di opposizione nella gestione del guinzaglio**

Ora che hai visto come tenere il guinzaglio in modo corretto con due mani, voglio aggiungere un passaggio fondamentale: imparare a non innescare **il riflesso di opposizione.**

Come ti ho accennato, quando il guinzaglio è teso non solo ma lo fa sentire letteralmente in trappola, ma porta anche il cane a tirare molto di più.

È quindi importante che tu comprenda bene perché dobbiamo evitare quanto più possibile di creare opposizione fisica nel guinzaglio.

**Anche quando dobbiamo semplicemente chiedere al cane di rallentare o fermarsi.**

## **Cos'è il riflesso di opposizione?**



Il riflesso di opposizione si innesca ogni volta che il cane tende completamente il guinzaglio sbilanciandosi in avanti – per curiosità, eccitazione o disagio – e noi, nel tentativo di rallentarlo o trattenerlo, tiriamo nella direzione opposta, **verso di noi**.

Spesso lo facciamo in modo netto, istintivo, automatico.

Altre volte capita quando vogliamo chiamare il cane via da qualcosa, ma lui vorrebbe andare in un'altra direzione: tiriamo per convincerlo, e ci accorgiamo che il cane tira ancor di più nella direzione opposta.

Lo so, non è quello che vorresti ottenere, anzi. È del tutto naturale cadere in questa dinamica, soprattutto se ci si è abituati nel tempo. Ma proprio per questo voglio aiutarti a renderti conto di quanto sia controproducente continuare a tirare per cercare di contrastare la direzione che ha preso il cane.

## **Perché succede? La fisica ce lo spiega**

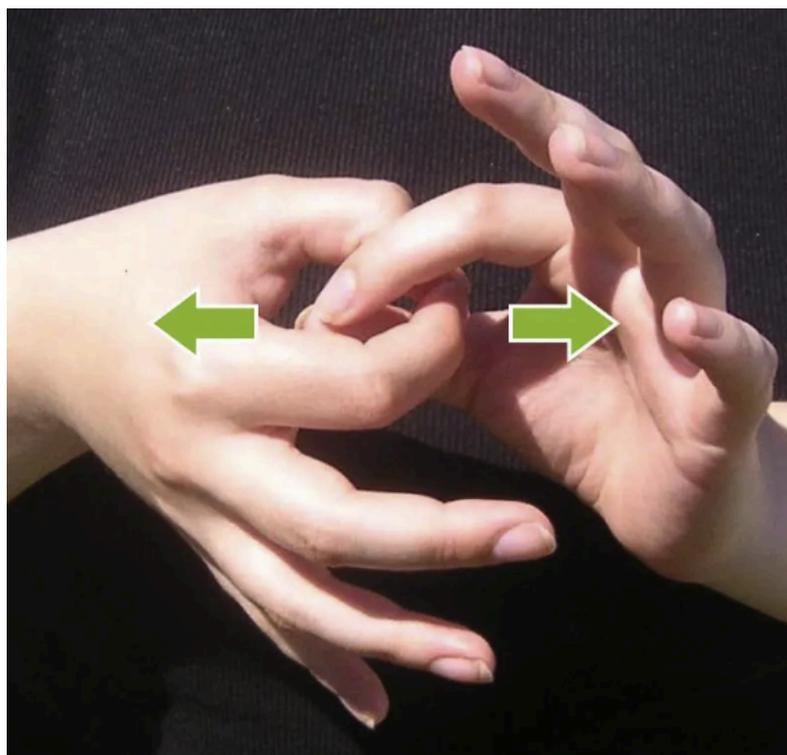
Diventa un po' nerd con me per un attimo. Il riflesso di opposizione si basa sulla terza legge di Newton:

“Ad ogni azione corrisponde una reazione uguale e contraria.”

Per sperimentare su te stessa, prova questo semplice esercizio:



1. Forma due anelli con indice e pollice di entrambe le mani, come se fossero due maglie di una catena.
2. Unisci i due anelli: la mano sinistra è il tuo cane, la destra sei tu con il guinzaglio.
3. Applica una leggera trazione indietro solo con la mano destra, mantenendo la sinistra neutra.



Cosa succede?

I muscoli del braccio sinistro si irrigidiscono automaticamente, senza che



*Cinofilia al Femminile*

tu lo voglia.

**Ti senti come bloccata nel mezzo, tirata in due direzioni.**

Questa è fisica, ma è anche la risposta del corpo del tuo cane quando lo tiri via..

Se tiri, i suoi muscoli si irrigidiscono, segue anche la tensione anche mentale, e il cane si oppone, invece di collaborare.

*“Ma ha iniziato lui a tirare!”* Potresti pensare.

Sì, è vero: spesso il cane tira per primo.

E noi cerchiamo solo di non farci trascinare o di contenerlo. È comprensibile.

Ma adesso che conosci l'effetto che genera questa reazione, possiamo trovare un'alternativa più efficace e meno conflittuale.



*Cinofilia al Femminile*

Anche perché, rischi di entrare in un circolo vizioso: lui tira, tu tiri, lui tira di più.

Il più delle volte vince lui perché ha un baricentro più basso del nostro e ci sbilancia in avanti.

Vediamo ora delle strategie pratiche per evitare il riflesso di opposizione

## **Un'alternativa: la tecnica dello “Slow Stop”**

### **Rallentare senza stressare**

Lo **Slow Stop** è un modo gentile e non invasivo di chiedere al cane di rallentare o modulare un po' la sua andatura, **senza stressarlo** e soprattutto **senza attivare il riflesso di opposizione**, che – come abbiamo visto – blocca ogni possibilità di comunicazione.

Con lo **Slow Stop**, invece, accompagna il movimento del cane, e quando vuoi rallentarlo o riequilibrarlo, non fai altro che “chiamarlo” delicatamente verso di te e subito dopo rilasci il guinzaglio, come se fosse un elastico che si tende e si allenta con naturalezza.



## Quando usare lo Slow Stop

Per applicarlo al momento giusto, inizia a portare attenzione a quando, durante la camminata, tendi a entrare in contrasto con l'andatura del tuo cane.

Probabilmente succede quando il cane accelera troppo e arriva alla fine del guinzaglio, sbilanciandosi in avanti.

Invece di reagire ritirando il braccio indietro verso di te, inizia a sostituire quel vecchio movimento automatico con una sequenza fluida: **“chiama e rilascia”**.

Un po' chiami e un po' rilasci.

Un po' chiami e un po' rilasci.

Il tutto **con il braccio morbido**, non rigido.

Ti mostro un video



[Ora guarda il video](#)

Si chiama **Slow Stop** proprio perché ti permette di cadenzare l'andatura, di ricentrare il baricentro del cane, senza creare attrito e senza attivare il riflesso di opposizione.



## Alternativa allo “Slow Stop”: Accarezzare il guinzaglio

### Tecnica dell’“accarezzare il guinzaglio”

Sempre in linea con il principio che c’è dietro lo Slow Stop, e con l’obiettivo di evitare l’attivazione del riflesso di opposizione nei muscoli del nostro cane, voglio presentarti un’altra strategia.

Si chiama “**accarezzare il guinzaglio**”, ispirata al metodo TTouch di Linda Tellington.

È una modalità di comunicazione attraverso il guinzaglio che consente di rallentare il cane senza creare conflitto, mantenendo una connessione morbida e coerente.

Come applicare la tecnica “accarezzare il guinzaglio”

Accarezza il guinzaglio nello stesso punto, facendo scivolare una mano lungo la linea verso di te, mentre l’altra mano passa sotto per afferrare il punto da cui hai iniziato.

 [Guarda il video](#)



Continua ad accarezzare il guinzaglio alternando le mani, mantenendo i movimenti lenti, ritmici e continui.

Accarezza sempre la stessa parte del guinzaglio, evitando di **avvicinarti progressivamente** al cane. L'obiettivo non è accorciare, ma trasmettere un invito senza pressione né resistenza.

Gestendo così il guinzaglio, **non si irrigidiscono nemmeno i tuoi muscoli.**

## Quando è utile usare questa tecnica

- Per rallentare un cane che sta accelerando l'andatura, proprio come con lo Slow Stop
- Per invitarlo a seguirti se vuole andare in un'altra direzione
- Per sbloccarlo delicatamente se si è fermato o irrigidito

## La tecnica in azione

Guarda il video e poi leggi la mia spiegazione



[Ora guarda il video](#)



Nel video seguente puoi osservare Henry durante una passeggiata: per la prima volta vede dei cavalli.

È visibilmente attratto e concentrato su di loro e, trattandosi di una novità, appare anche leggermente preoccupato.

La sua postura trasmette attenzione, ma anche allerta.

In circostanze come questa è **fondamentale dare tempo al cane per comprendere ed elaborare ciò che ha davanti**, sostenendolo anche attraverso il nostro supporto sociale. Con la voce, la calma, la respirazione.

Tuttavia, sarebbe preferibile in queste situazioni mantenere una maggiore distanza, perché la distanza aiuta a pensare meglio, e perché con molta probabilità se il cavallo fa un movimento brusco Henry potrebbe crollare e reagire per paura.

Ma indubbiamente tirare via il cane senza che lui sia mentalmente connesso almeno un minimo con noi in quel momento rischia di attivare



una risposta automatica verso lo stimolo: potrebbe sentirsi in trappola e reagire comunque. Anzi diamolo per certo.

**L'alternativa è iniziare ad accarezzare il guinzaglio sempre nello stesso punto**, creando una vibrazione sottile che arriva al cane.

È un modo discreto ma efficace per aiutarlo a rientrare in sé, a concentrarsi di nuovo, senza forzarlo né aumentare il carico emotivo.

La voce può accompagnare il gesto, purché sia bassa, calma e discendente.

Un esempio : *“Henry, che ne dici di venire un po’ di qua con me? Guardiamo i cavalli da lontano è meglio”*. Ricorda sempre usare parole che abbiano un senso anche per te e che **comunichino intenzione**

Anche la posizione del nostro corpo gioca un ruolo chiave:

Mettersi **leggermente in diagonale**, invece che direttamente dietro al cane, ci permette di entrare nel suo campo visivo e offrirgli un ulteriore “aggancio” comunicativo per disingaggiarsi dalla situazione.



**Spoiler:** vedremo nelle prossime lezioni anche un esercizio estremamente potente per aiutare il cane a disingaggiarsi da solo, anche in contesti complessi.

Tornando a Henry, siamo di fronte a una condizione di iperfocalizzazione, in cui, se si usassero tensione o trazione, il rischio di creare scontro o chiusura sarebbe alto. Quante volte ti è successo con il tuo cane?

Invece guarda con attenzione come cambia la sua postura e la sua energia quando Sara comincia ad applicare la tecnica dell'“accarezzare il guinzaglio”:

- La vibrazione delicata del guinzaglio inizia a raggiungerlo
- Il suo corpo si ammorbidisce gradualmente
- Passa da uno stato di allerta a brucare l'erba, un chiaro comportamento di autoregolazione e scarico. Henry c'è è sta pensando in quel momento.

Guarda di nuovo il video con queste nuove informazioni



[Ora guarda il video](#)



**E ora un esempio concreto di come la manovra può cambiare l'esito di una situazione critica quando siamo diventati abili ad usarla prima in quelle più semplici.**

Il video seguente mostra come la manovra di accarezzare il guinzaglio, anche se non risolutiva del problema in sé, può contribuire a **“spegnere il fuoco”** più facilmente quando il cane si attiva per qualcosa.

Osserva la differenza tra:

- allontanarsi semplicemente tirando il guinzaglio,
- e accompagnare il cane usando la tecnica dell'accarezzare la linea.

 [video](#)

Nel primo tentativo, il cane viene trascinato fuori dalla situazione, ma la sua mente resta sull'obiettivo e puoi vederlo.

Nel secondo subito dopo, inserendo la tecnica, l'effetto è più morbido, e il cane riesce a disingaggiarsi più facilmente. Ovviamente qui la distanza aiuta.

Ancora una volta, non parliamo di una “panacea” o di una tecnica magica. Non è questo che risolverà la reattività del tuo cane dal di



dentro.

Ma è un modo concreto e rispettoso con cui possiamo:

- aiutare il cane a uscirne meglio,
- rimanere più stabili anche noi,
- evitare di peggiorare la situazione con tensione inutile.

 [Riguarda il video](#)

Bada bene è una tecnica che puoi usare anche con un cane che non va in reattività **ma si blocca**, lo useremo insieme al contatto fisico e la voce ti spiegherò i dettagli in un'altra lezione. Intanto tu prendi dimestichezza con il movimento nelle situazioni facili.

## **Allenta la tensione da fermo: il potere di un piccolo gesto**

Quando il tuo cane o tu vi fermate in una situazione delicata, è facile che il guinzaglio resti in tensione, come vedi nella prima immagine.

➡ **Nella prima foto:**

Il guinzaglio è teso, il cane è rigido e proiettato in avanti.

In questo stato può sentirsi bloccato e sotto pressione, e reagire più facilmente in modo impulsivo.



➔ **Nella seconda foto:**

La persona ha rilasciato delicatamente la tensione con un piccolo movimento delle mani verso il basso.

Il guinzaglio senza grossi movimenti e senza attivare il cane a “spararsi in avanti” ora forma una leggera curva, in modo che il cane percepisca più libertà e possibilità di movimento.

Questo abbassa la tensione emotiva e permette al cane di restare più connesso e pensante.



## **Conclusione: meno perfezione, più consapevolezza**

A questo punto hai conosciuto alcune strategie pratiche – dallo slow stop, alla tecnica del “accarezzare il guinzaglio”, fino al semplice ma essenziale rilascio della tensione da fermi – che ti permettono di comunicare meglio con il tuo cane al guinzaglio, in modo più chiaro, più rispettoso e più efficace.

## **Conclusione: meno perfezione, più consapevolezza**



A questo punto hai conosciuto alcune strategie pratiche – dallo slow stop, alla tecnica dell'**accarezzare il guinzaglio**, fino al semplice ma essenziale rilascio della tensione da fermi – che ti permettono di comunicare meglio con il tuo cane al guinzaglio, in modo più chiaro, più rispettoso e più efficace.

Ma ora arriva il passaggio più importante: non si tratta di **eseguire meccanicamente queste tecniche**, né di applicarle tutte insieme o a raffica, come se fossero comandi da imparare a memoria.

Il vero cambiamento avviene quando queste modalità diventano parte naturale del tuo modo di stare insieme al cane, durante le passeggiate. E per questo devi darti tempo.

Non esiste un tempo standard per imparare.

Non esiste un risultato perfetto da raggiungere.

Esiste solo un processo graduale, fatto di piccoli passi, osservazione, ascolto, correzioni, errori e ripetizioni.

Ti invito quindi a prenderti tutto il tempo necessario per familiarizzare con ciò che hai appreso, senza ansia, senza pressione, senza aspettative di performance. Le abilità si costruiscono solo facendo. E rifacendo.



Inizia a sperimentarle una alla volta in contesti semplici, in passeggiate tranquille, dove sia tu che il tuo cane potete concentrarvi senza difficoltà

Evita di partire da situazioni complicate o troppo cariche.

Perché poi se la tua mente ha avuto modo di allenarsi in contesti sicuri e ripetuti, **quando arriverà la situazione difficile**, sarà pronta a rispondere con naturalezza, sicurezza e competenza.

È esattamente quello che succede agli atleti: prima di una gara, i ginnasti si allenano facendo lo stesso gesto più e più volte, in un contesto protetto, senza la pressione della competizione.

Saltano, riprovano, si fermano, correggono, ripartono. Fino a che tutto diventa fluido. Familiare. Intuitivo.

*"La ricerca della perfezione crea pressione.*

*L'apprendimento, invece, ha bisogno di tempo, errori e ripetizioni."*

*Paola*