



Cinofilia al Femminile

Questo training durerà circa una settimana, poi ti dirò come continuare e applicarlo.

Se ti dedicherai all'allenamento con costanza nei prossimi giorni, l'apprendimento sarà velocissimo e presto potrai iniziare ad usarlo nella vita reale. Ti dirò io quando.

L'allenamento si svolge in microsessioni di pochi minuti, e per i primi giorni si svolgerà solo in casa.

Non ti creerà nessun sovraccarico, solo devi metterci il focus per qualche tempo.

Segui le mie indicazioni giorno per giorno.

Non hai bisogno di nessuna attrezzatura, ma ti consiglio di procurarti uno di questi sacchetti portapremi. → [CLICCA QUI](#)

NOTA BENE. Per ora NON fare prove, tentativi in situazioni difficili o quelle per cui pensi possa servire, rischi di rovinare uno strumento prezioso prima del tempo. Mi raccomando segui fedelmente le mie istruzioni.



Giorno 1 – Associazione del suono al premio

Obiettivo: insegnare al cane a rispondere con attenzione rapida a un suono, nel nostro caso doppio bacetto con le labbra,



Procedura:

1. **Ambiente:** iniziate in casa, in un luogo tranquillo, privo di distrazioni.
2. **Preparazione:** Mettiti di fronte al cane e tieni pronti in mano 10/15 pezzetti di cibo **livello premium**.
3. Tieni la mano dietro la schiena
4. **Emettere il suono** (due bacetti ben schioccati in rapida successione) immediatamente dà un premio al cane, più sincronizzi suono e premio e più l'associazione è forte e veloce.
5. **Ripeti in modo veloce** per 10/15 volte per un paio di volte nella giornata.
6. **Nota bene:** bastano pochi minuti perché si crei l'associazione. Ma è necessario fare un minimo di consolidamento prima di spostarlo fuori casa

NOTA BENE. Per ora **NON** fare prove, tentativi in situazioni difficili o quelle per cui pensi possa servire, rischi di rovinare uno strumento prezioso prima del tempo. Mi raccomando segui fedelmente le mie istruzioni.



Giorno 2: Consolidare l'associazione

Obiettivo: rafforzare l'associazione suono → premio e iniziare a generalizzare in contesti leggermente diversi.



1. Ripeti lo stesso esercizio fatto il giorno precedente, con lo stesso segnale sonoro e lo stesso tempismo di premio.
2. Spostati in un'altra stanza della casa, il terrazzo, il balcone, o il giardino.
3. Mantieni la stessa sequenza del giorno 1.

NOTA BENE. Per ora **NON** fare prove, tentativi in situazioni difficili o quelle per cui pensi possa servire, rischi di rovinare uno strumento prezioso prima del tempo. Mi raccomando segui fedelmente le mie istruzioni.

Giorno 3: Introduciamo il movimento

Obiettivo: insegnare al cane a prestare attenzione quando sente il suono, ma anche a seguirci spontaneamente per ottenere il premio.

Procedura:

1. **Ambiente:** scegli ancora un luogo tranquillo, senza distrazioni.
2. **Segnale:** emetti il suono come nei giorni precedenti.
3. **Aggiunta di movimento:** dopo aver emesso il suono, fai 2–3 passi indietro o di lato.



4. **Premio:** quando il cane ti segue per raggiungerti, Superrr e premialo subito.
5. **Ripetizione:** esegui 10/15 volte consecutive, alternando direzioni diverse (indietro, laterale, diagonale)

Nota bene.

- Non importa se il cane è già in attenzione su di voi quando fate l'allenamento
- Siamo ancora in **fase di condizionamento**, quindi l'obiettivo è rafforzare l'associazione **suono** → **movimento** → **rinforzo**.
- Solo più avanti applicheremo il segnale quando il cane starà guardando altro o sarà distratto.

Dopo i primi 3 giorni

Dopo tre giorni il condizionamento di base è radicato. Il passo successivo è **portare la dinamica all'esterno** e rafforzare l'associazione in un contesto un po' più ricco di stimoli. Per farlo faremo un passo indietro e la prima volta chiederemo solo attenzione senza il movimento.

NOTA BENE. Per ora NON fare prove, tentativi in situazioni difficili o quelle per cui pensi possa servire, rischi di rovinare uno strumento prezioso prima del tempo. Mi raccomando segui fedelmente le mie istruzioni.



Quindi:

Giorno 4: Introduciamo il suono in esterna

- Porta con te un sacchettino o una scatolina porta premi facilmente accessibile: serve a premiare subito senza perdere tempo a frugare in tasca.
- Durante la passeggiata, scegli momenti in cui il cane **non è catturato da qualcosa di realmente coinvolgente**.
- Usa il suono doppio baccetto
- Appena si gira verso di te, superr e **premiarlo subito**.
- Ripeti in maniera **random**, 5–6 volte nell'arco della passeggiata, significa che coglierai altri momenti simili nel corso della passeggiata per allenare la sua risposta veloce.

Ti ricordo che non è importante che il cane ti guardi in questa fase, ma solo che si giri velocemente verso di te. Anche perché quando sarà il momento useremo il movimento per comunicare le nostre intenzioni di spostarci.



Vuoi velocizzare l'apprendimento? Fai 4-5 ripetizioni per ogni uscita della giornata.

NOTA BENE. Per ora NON fare prove, tentativi in situazioni difficili o quelle per cui pensi possa servire, rischi di rovinare uno strumento prezioso prima del tempo. Mi raccomando segui fedelmente le mie istruzioni.

Giorno 5 – Inserire il movimento in esterna

Obiettivo: collegare il suono non solo all'attenzione, ma anche al movimento insieme in esterna.

Procedura:

1. Siamo in esterno, in un contesto tranquillo.
2. Attendiamo che il cane non ci stia già guardando ma non è distratto/attratto da nulla di troppo impegnativo.
3. Facciamo il **suono** (cat kissing).
4. Il cane ci dà attenzione.
5. **Invece di premiare subito**, ci spostiamo di qualche passo: avanti, indietro, laterale o diagonale (non importa la direzione).
6. **Mentre ci muoviamo** diciamo già “super!”



7. Ci fermiamo e **premiamo**.

- Fai **4–5 cambi di direzione ravvicinati**, poi **stop**
- Se vuoi **accelerare questa fase**, ripeti questa breve sessione in **tutte le passeggiate**.

NOTA BENE. Per ora **NON** fare prove, tentativi in situazioni difficili o quelle per cui pensi possa servire, rischi di rovinare uno strumento prezioso prima del tempo. Mi raccomando segui fedelmente le mie istruzioni.

📌 **Giorno 6 e Giorno 7 – Consolidare e allungare lo spostamento**

Obiettivo: preparare il cane a mantenere l'attenzione e seguire il movimento anche se il rinforzo non arriva subito, ma dopo più spostamento.

Procedura:

1. La sequenza resta sempre la stessa:
 - **Suono** (cat kissing).
 - Il cane si gira e ci dà attenzione.
 - **Ci muoviamo** (avanti, indietro, laterale, diagonale).
 - Invece di 2–3 passi, chiediamo **5–6 passi**.



- **Mentre ci muoviamo** diciamo “super!” e lo accompagniamo con gratificazione sociale (voce, sorriso, postura aperta).
- Ci fermiamo.
- **Premio.**

Ripetere 4-5 volte consecutive stop.

La sequenza rimane identica, ma il cane impara che il rinforzo può arrivare **dopo un piccolo intervallo** e non immediatamente.

Perché è importante

- In questo modo stiamo già preparando il cane al fatto che nella vita reale il premio non arriva sempre subito.
- L’aspettativa ormai è ben radicata, quindi il cane resta entusiasta di rispondere al suono.
- Allungando gradualmente i tempi, creiamo **flessibilità**: il cane impara che vale sempre la pena seguirci, anche se il premio arriva un po’ dopo.
- Questo è utile anche perché a volte, nella pratica quotidiana, potremmo non premiare affatto quando gli chiederemo di rispondere a questo suono.



Come continuare?

Nella prossima lezione ti dirò tutto, ti spiegherò quando è il momento esatto in cui dovrai usare questo suono.

Ma soprattutto come agganciarlo ad altro, dopo che siamo riusciti a richiamare l'attenzione del nostro cane non possiamo lasciarlo in balia dei dubbi su cosa è meglio fare.

Verosimilmente userai questo suono per anticipare situazioni complesse, ti aiuterò a suggerirgli attività di coping sostitutive per incanalare l'energia in modo positivo in quel momento e riportare più facilmente il suo sistema nervoso in uno stato pensante, Da quasi rosso a giallo infine a verde.

Nella prossima lezione ti aggiungerò **un altro piccolo esercizio di training** da fare a casa, per suggerire al tuo cane un'attività sostitutiva suggerita da te.

Un'attività sostitutiva è né più né meno che un attività di coping, e serve a riequilibrare e regolare lo stato interno, sia fisiologico che emotivo.

Benché è ottimale che i cani se le cerchino da soli:

- Raccogliere qualcosa e tenerlo in bocca
- Masticare un legnetto
- Annusare mentre accade qualcosa intorno a loro
- Appoggiarsi a te
- scavare in un punto
- Salire su una superficie alta ecc...



Cinofilia al Femminile

A volte se l'ambiente non offre opportunità o il cane non ci sta pensando, possiamo suggerirla noi, da buone guide

Quindi anche se stai lavorando su questo training non perdere la prissima lezione, perchè contemporaneamente possiamo strutturare anche l'attività sostitutiva, visto che le due cose poi si uniranno tra loro.

Nel frattempo che ti arrivi anche questa parte, metabolizza queste informazioni e inizia a lavorarci subito, sono 1-2 minuti di allenamento alla volta.

Se durante le fasi di allenamento vuoi condividere con me sai che ne sono felice.