

Costruiamo il “Trova”



Giorno 1 – Dare significato alla parola “Trova”

Inizia in casa, senza distrazioni.

- Pronuncia con tono chiaro e allegro “**Trova!**”.
- In contemporanea **lascia cadere un pezzo di cibo** a terra, molto vicino al cane, direi sotto al naso per ora.
- **Scendi con il braccio verso il basso e mentre lo rilasci indicalo col dito**, non che ne abbia bisogno il tuo cane, ma stai costruendo l'associazione tra il segnale verbale “Trova” e la conseguenza, quindi aiuta a velocizzare.
- Ripeti 10 volte di seguito.

Obiettivo: il cane inizia a collegare la parola “Trova” con l'azione di abbassare il naso a terra e cercare, con l'aspettativa di trovare qualcosa che “desidera”.

[→ GUARDA IL VIDEO](#)



Giorno 2 – Ripetizione e consolidamento

- Ripeti la stessa sequenza del giorno in luoghi diversi della casa, se hai un terrazzo o un giardino puoi farlo anche lì.
- Mantieni lo stesso rituale del giorno 1

Obiettivo: rafforzare l'associazione, rendendo chiaro e stabile il significato del segnale.



Giorno 3 – Anticipa il segnale

- Pronuncia la parola **“Trova”** un attimo **prima** di gettare il bocconcino.
- Osserva se il cane **anticipa**: cioè abbassa già lo sguardo o si muove per cercare prima che tu rilasci il bocconcino,

Guarda anche tu verso il basso.
- Se sì → significa che ha dato un vero significato al suono. In caso contrario non ti preoccuparti ha solo bisogno di un altro po' di ripetizioni, ma l'associazione avverrà.
- Quindi in questa fase continui l'allenamento come il giorno 1 e 2 con la differenza che prima di lanciare il premio a terra un attimo

prima pronunci il segnale **“trova”** e il movimento del tuo braccio verso il basso è meno presente.

Fai sempre delle mini sessioni di 10 ripetizioni

→ [GUARDA VIDEO](#)

- **Obiettivo:** verificare che il cane abbia appreso il segnale vocale e risponda al suono, non solo al gesto.

Giorno 4 -Sposta la dinamica all'esterno

Trova un luogo tranquillo

Aspetta che il tuo cane sia sereno e non ci siano grosse distrazioni

Fai 10 ripetizioni di “ Trova” come nel giorno 3

Giorno 5 – Unire al “trova” anche il movimento in avanti

- Cane al guinzaglio
- Inizia a camminare con il cane accanto.
- Dopo alcuni passi, pronuncia **“Trova!”**, indica il suolo e lancia un bocconcino **davanti a voi**.

- Riprendi a camminare e ripeti dopo qualche passo.

Fai 4 - 5 ripetizioni mentre avanzi.

Nota bene: Usare il trova anche in movimento, e abituare il cane ad aspettarselo, è utile in quelle situazioni in cui restare fermi sul posto può complicarci le cose.

Abitualo ad entrambe le varianti.

Obiettivo: trasformare il “Trova” in una strategia di coping indotto, che crea movimento, aspettativa positiva e decompressione anche durante situazioni complicate.

[→ CLICCA QUI](#)



GIORNO 6 - Unire suono di attenzione rapida + Trova

- Siete in un contesto con qualche stimolo (ma non troppo difficile per il tuo cane).
- Se noti che fissa qualcosa

1. Suono di attenzione rapida.

2. Si gira → Yesss o Super
3. Spostamento in una nuova direzione.
4. **Trova!** → boccone davanti a voi. → movimento → Trova → movimento → Trova

Ripeti almeno 2-3 volte in contesti diversi.

Man mano che ti rendi conto che il tuo cane riesce a disingaggiare dalle situazioni, puoi applicarlo in quelle più complesse

Esempi dell'applicazione di questa routine nelle diverse situazioni:

a) Versione soft – Quando lo stimolo non ti viene addosso

Obiettivo: dare al cane più leggerezza, alleggerire l'osservazione, accompagnarlo a prendere una pausa se non ci riesce da solo,

Il tuo cane sta osservando qualcosa, lo stimolo è alla giusta distanza, vuoi lasciarlo fare perchè la situazione è propizia, ottimo, ecco cosa farei:

1. Co-regolazione mentre osserva.

- fai un delicato, leggerissimo, accarezzamento al guinzaglio se è un po' teso, altrimenti limitati a mantenerlo morbido.
- respira, allenta le tue tensioni,
- parla con voce calma e partecipa : *"Willy osserviamo con calmaaa....."*

2. Ti accorgi che ha bisogno di una pausa, la sua osservazione è troppo prolungata e non riesce a disingaggiare da solo.

3. Usa il suono di attenzione rapida per chiedergli di staccare. → Superrr

4. Inserisci il **Trova** subito dopo per aiutarlo a scaricare e decomprimere facendolo sul posto, lo stimolo è a distanza non è necessario spostarsi, solo prendere una pausa e alleggerire.

b. Versione emergenza – Quando lo stimolo è troppo vicino o si avvicina

👉 Obiettivo: allontanarsi rapidamente e in sicurezza, senza tirare il cane e senza che si senta intrappolato.

Ecco cosa farei:

1. **Suono di attenzione rapida** → si gira → yesss
2. **Rotazione del corpo**: muoviti in una direzione da te scelta per creare spazio e aiutarlo a muoversi

Non tirare mai il guinzaglio usa il tuo movimento per farti seguire, se proprio necessario l'accarezzamento del guinzaglio
[→ GUARDA QUI](#)

3. **Quando il cane inizia a seguirti**, usa il “trova” in movimento avanzando per aiutarlo a decomprimere

Come continuare dopo l'allenamento dei 6 giorni?

Non aspettare di trovarti in una situazione difficile per allenare questa routine.

Ogni giorno inserisci almeno **una** ripetizione in movimento e una statica in situazioni neutre, ossia che non preoccupano il cane.

Quando poi capiterà la situazione la situazione reale sia tu che il tuo cane sarete pronti e non sarà difficile metterla in pratica anche nelle situazioni sotto pressione.

Nota finale

Non abusarne.

Il “Trova” non è la panacea di tutti i mali: è solo uno strumento che metto nelle tue mani per aiutarti nei momenti in cui il tuo cane ancora non riesce ancora a gestire con calma certe situazioni.

La parte più importante, che non devi mai abbandonare, è quella in cui **aiuti il cane a elaborare emotivamente e cognitivamente** ciò che incontra, attraverso il tuo supporto e la **co-regolazione emotiva**.

Ricorda: **come stai tu** – il tuo assetto emotivo e mentale – è la chiave per aiutare il cane a rielaborare quello che lo spaventa o lo preoccupa. La tua calma è la sua calma

Variante del Trova per spazi scomodi o ristretti

Ci sono situazioni in cui non è possibile lanciare il cibo a terra, ma abbiamo comunque bisogno di **aiutare il cane a disingaggiarsi** e ad avere un'attività di riorientamento pret a porter.

Può capitare, ad esempio, in:

- androni di palazzi,
- trombe di scale,
- corridoi stretti,
- spazi dove il cibo a terra non è igienico o non sarebbe recuperabile.

In questi contesti, possiamo proporre **una variante del Trova** che mantiene la stessa funzione di coping indotto, ma con modalità differenti.

Come si fa

1. Riconosci la situazione.

Se noti che il cane è a disagio o troppo attivato, non forzarlo a proseguire.

2. Scegli invece una direzione di sicurezza, ad esempio:

- tornare al piano precedente,
- spostarti in uno spazio più ampio,
- o anche semplicemente fare un mezzo passo indietro per creare respiro.

3. Attiva la routine del disingaggio.

- Fai il tuo **suono di attenzione rapida** (*cat kissing*).
- Quando il cane si gira verso di te, inizia a **muoverti nella nuova direzione scelta**.
- Mantieni il tono di voce calmo e presente.

4. Proponi il Trova “a mano”.

- Chiudi un bocconcino nel **pugno**.
- Mostralo sotto il naso del cane e dì “**Trova!**”.
- Lascia che il cane insista, annusi, preme con il naso o con la lingua per aprire la mano.
- **Appena senti la pressione del naso**, apri la mano e permettilgli di prendere il premio.

5. Ripeti se serve.

- Dopo il primo “Trova”, puoi fare qualche passo e riproporre.
- Mantieni il movimento fluido, così il cane associa questa attività a una sensazione di direzione e decompressione, esattamente come nella versione “a terra”.