

BUCKET GAME (GRA Z WIADERKIEM)

Metoda Chiraga Patela • Kompletny Przewodnik dla Opiekunów

Czym jest Bucket Game? To rewolucyjny protokół z zakresu *Cooperative Care* (współpracującej opieki), który całkowicie zmienia zasady wykonywania zabiegów pielęgnacyjnych i medycznych u psów. Zamiast unieruchamiania i przymusu, opiera się na **świadomej zgodzie zwierzęcia**. Pies skupia wzrok na wiaderku z przysmakami – co oznacza „jestem gotowy, możesz działać”. Gdy odwraca wzrok, natychmiast przerywamy czynność. To daje psu jasne narzędzie do powiedzenia „STOP”.

Złote Zasady Treningu – Zanim Zacznieš

Aby gra przyniosła oczekiwane rezultaty i była w pełni czytelna dla Twojego psa, musisz bezwzględnie przestrzegać poniższych reguł:

- **Wyjątkowość rekwizytu:** Wybrane wiaderko musi służyć **tylko i wyłącznie do tej gry**. Kup małe, lekkie i poręczne wiaderko, które bez problemu zabierzesz w podróż lub do gabinetu weterynaryjnego.
- **Zakaz wprowadzania chaosu:** Kiedy nie ćwiczycie, wiaderko musi być całkowicie schowane przed psem. Nigdy nie zostawiaj go na widoku i pod żadnym pozorem nie karmij z niego psa na co dzień. W przeciwnym razie rekwizyt straci swoją unikalną moc komunikacyjną.

Instrukcja Krok po Kroku – Jak Zacząć? (Dla Zupełnie Początkujących)

Jeśli to Twój pierwszy wspólny trening w życiu – bez obaw! Ta gra jest prosta, bezpieczna i intuicyjna. Wyobraź sobie, że to po prostu spokojna, partnerska rozmowa z Twoim psem.

Krok 1: Przygotowanie (Zanim zawołasz psa)

- **Wybierz spokojne miejsce:** Zamknij się z psem w pokoju, gdzie nikt nie będzie Wam przeszkadzał (wyłącz telewizor, odizoluj innych domowników).
- **Przygotuj „super-nagrody”:** Pokrój małe, miękkie i wyjątkowo pyszne smakołyki (np. gotowane mięso, ser). Pies musi je uwielbiać!

Krok 2: Twoja pozycja (Co robisz ze swoim ciałem?)

- **Usiądź na podłodze:** Usiądź wygodnie na dywanie lub matowej podłodze, naprzeciwko psa lub delikatnie z jego boku. Siedząc, stajesz się dla niego bezpiecznym, przyjacielskim partnerem, a nie przytłaczającą postacią stojącą nad jego głową.
- **Bądź oazą spokoju:** Rozluźnij ramiona, oddychaj spokojnie. Pies doskonale czyta Twoje emocje.

Krok 3: Stan psa (Czekamy na zielone światło)

- **Zacznij od spokoju:** Grę rozpoczynamy wyłącznie wtedy, gdy pies jest wyciszony. Nie zaczynaj, gdy biega, skacze lub wymusza uwagę szczekaniem.
- **Pozycja psa:** Jeśli Twój pies potrafi wykonać komendę „siad” lub „leżeć” i czuje się w tej pozycji swobodnie – poproś go o to. Jeśli nie potrafi, po prostu poczekaj, aż spokojnie stanie lub usiądzie sam z siebie.

Krok 4: Pierwsze ćwiczenie (Budujemy skojarzenie)

1. Połóż wiaderko na podłodze bezpośrednio przed psem (w odległości około 30–50 cm od jego nosa). Możesz lekko przytrzymać je dłonią, by pies go nie przewrócił ani nie włożył do niego od razu pyska.
2. Pies naturalnie zainteresuje się nowym przedmiotem i na niego spojrzy.
3. **W ułamku sekundy, kiedy pies skupi wzrok na wiaderku**, powiedz ciepłym, spokojnym głosem jedno słowo (np. „Super” lub „Tak”), a następnie **natychmiast wyciągnij smakołyk z wiaderka i podaj go psu**.
4. Powtórz sekwencję 4–5 razy: Pies patrzy na wiaderko → mówisz słowo-marker → dajesz smakołyk z wiaderka.

Krok 5: Koniec zabawy (Równie ważny jak start!)

- Po kilku powtórzeniach (cała sesja powinna trwać maksymalnie 1–2 minuty!) powiedz psu wyraźnie: „Koniec”.
- **Zabierz wiaderko z podłogi i schowaj je głęboko do szafy**. Dzięki temu zachowa ono swoją „magię” i będzie dla psa jasnym sygnałem: „*Kiedy człowiek wyciąga TO wiaderko, rozmawiamy na moich warunkach i dostaję super nagrody*”.

Dlaczego ta gra jest tak ważna dla psiego mózgu?

Z punktu widzenia neurobiologii, Bucket Game to potężne narzędzie transformujące procesy myślowe:

- **Przełączenie trybów emocjonalnych:** Podczas stresujących zabiegów zachowaniem psa steruje ciało migdałowate (tryb przetrwania: walcz lub uciekaj). Bucket Game zmusza psa do wejścia w tryb kognitywny – aktywuje korę przedczołową, odpowiedzialną za analizę, skupienie i podejmowanie świadomych decyzji.
- **Redukcja stresu poprzez kontrolę:** Możliwość realnego wpływu na sytuację drastycznie obniża poziom kortyzolu (hormonu stresu). Pies, który wie, że jego odmowa zostanie uszanowana, paradoksalnie znacznie rzadziej odmawia współpracy.
- **Rozwój samokontroli:** Skupienie na statycznym obiekcie w obecności bodźców dotykowych to wspaniały trening neuroplastyczności mózgu, rozwijający cierpliwość i zarządzanie emocjami.

Korzyści dla psa i właściciela

- **Dla Psa – Sprawczość i bezpieczeństwo:** Pies przestaje być bierną ofiarą zabiegów. Możliwość decydowania o sobie podnosi jego poczucie własnej wartości i ogólną stabilność psychiczną. Dawne traumy ustępują miejsca pełnemu zaufaniu.
- **Dla Ciebie – Koniec z walką:** Zapomnisz o trzymaniu psa siłą, ucieczkach przed szczotką czy wyrzutach sumienia. Zyskujesz unikalny kanał komunikacji, a Twoje bezpieczeństwo jest w 100% chronione – pies, który może powiedzieć „nie” wzrokiem, nie musi używać zębów.

Co osiągniecie w przyszłości dzięki temu treningowi?

- **Bezstresowe wizyty weterynaryjne:** Badanie, zagładanie w zęby, a nawet pobieranie krwi czy szczepienie będą mogły odbywać się w pełnym spokoju, przy aktywnym współudziale psa.
- **Luksusowa pielęgnacja:** Obcinanie pazurów, czyszczenie uszu, zakraplanie oczu czy czesanie u groomera staną się dla psa neutralną, a nawet przyjemną rutyną.
- **Spokój w sytuacjach kryzysowych:** W razie kontuzji czy choroby, podawanie leków lub zmiana opatrunków nie pogłębią cierpienia psychicznego psa, bo tarcza zaufania będzie już zbudowana.

Przewodnik przygotowany przez certyfikowanego trenera psów.

DobryPies.co.uk – Dbamy o emocje, budujemy zaufanie, szanujemy głos Twojego psa.