



# Luopumisharjoituksia

Luopuminen on jokapäiväinen, hyödyllinen taito, hyvä luopuminen on malttia ja itsehillintää. Luopumisen taito opettaa koiralle, että kauniilla käytöksellä se saa tavoittelemansa asiat tavoittelematta niitä liian villisti. Luopumista on se, että koira pysyy irti houkutuksesta tai väistää sitä tai se, että koira kääntää katseen pois tai omistajaan päin pois houkutukselta. Harjoituksissa voi painottaa sitä, että koira saa itse tarjota ns. automaattista luopumista eikä koira pyydetä tai käsketä missään kohtaa. Oma-aloitteinen luopuminen kehittää koiran itsehillintää paljon. Myös opetettua luopumisvihjettä voi käyttää apuna harjoituksissa.

Luopumisharjoittelun vaiheita helposta alkuharjoittelusta kohti vaativampia versioita:

## **1. Oma-aloitteinen suljetusta namikädestä irrottautuminen**

Koira saa kokeilla tavoitella herkkua suljetusta kädestä, mutta vasta tarjoamalla kädestä irti pysymistä koira saa kehua ja palkkion

## **2. Avoimesta namikädestä luopuminen**

Kun suljetusta namikädestä luopuminen sujuu, voi kättä alkaa availemaan, jolloin houkutusnami tulee näkyville ja tehtävä vaikeutuu (sulje käsi aina jos koira yrittää ottaa herkun liian aikaisin ja avaa kättä hitaasti uudelleen), naksu ja maksu tulee vasta, kun koira pysyy hetken irti näkyvillä olevasta herkusta

## **3. Lattiaa vasten olevasta houkutuksesta luopuminen**

Vie suljettu tai avoin herkkukäsi alas lattian tasolle ja odota koiralta luopuminen, avoin käsi on suljettua haastavampi ja lattian tason on usein vaikeampi kuin ylempänä oleva

## **4. Liikkuvasta houkutuksesta luopuminen**

Namikäsi voi olla suljettu tai avattu ja käsi liikkuu koiran edessä ensin hitaasti ja kauempana koirasta, myöhemmin nopeammin ja lähempänä

## **5. Maassa olevasta herkusta/esineestä luopuminen**

Kun näkyvästä ja liikkuvasta houkutuksesta luopuminen sujuu, voi siirtyä lattialle asetetun houkutuksen luopumiseen. Houkutus kannattaa alkuun asettaa lattiatasolle hitaasti ja rauhallisesti, myöhemmin sen voi tiputtaa vaikkapa kädestä korkeammalta.

## **6. Heitetystä tai vierivästä herkusta/esineestä luopuminen**

Lentävä tai vierivä houkutus on jo vaikea! Lattialla vierivästä lihapullasta tai pois päin pomppivasta pallosta luopuminen on jo hyvä haaste koiralle. Luopumisvihje auttaa tehtävässä, oma-aloitteinen luopuminen on haastavampi.

## **7. Palkkio ja houkutus toisistaan erilleen**

Laita tai heitä koiralle houkutus herkuksi tai -lelu etäämmälle, odota koiralta luopuminen ja palkitse koira taskusta tulevalla palkkiolla; toisella herkulla tai leikillä. Koira saattaa useaan kertaan palkkiomerkin tai keuhon jälkeen pyrkiä yhä houkutukselle, jonka koira on aiemmin saanut palkinnoksi, mutta voit estää rauhallisesti hihnalla houkutukselle menemisen ja palkita toistuvasti taskusta tulevalla palkkiolla. Voit jatkossa eritellä palkkiosanan, jonka jälkeen palkkio tulee omistajalta ja lupa-sanana, jonka jälkeen koira saa napata palkkioksi houkutuksen. Liitä tätä harjoitusta myös muihin luopumisharjoituksiin; koira ei etukäteen tiedä saako se palkkioksi luvan mennä houkutukselle vai toisen palkkion omistajalta. Omistajan palkkiomerkki tai lupa-sana kertoo, mistä palkkion saa. Näin koira oppii kuuntelemaan ja malttamaan lisää.

Harjoittele em. vaiheita sekä ruoalla että leluilla, koiralle tärkeillä asioilla. Painota harjoittelussa koiran oma-aloitteista luopumista ilman käskyjä. Voit käyttää halutessasi myös esim. "jätä"-vihjettä harjoittelun tukena ja luopumisvihjeen vahvistamiseksi.

Luopumisharjoittelun eri sovellukset. Ohessa on listattu joitakin yleisimpiä ja arkisimpia luopumisharjoittelun sovelluskohteita. Voit pohtia ja etsiä omasta arjestaan vastaavia sovelluskohteita lisää. Kaikki tilanteet, joissa koira tavoittelee aktiivisesti jotain, ovat houkutustilanteita, jotka on käännettävissä luopumisharjoitteluksi. Mitä useammassa tilanteessa opetat koiralle, että luopumalla saa ja pääsee, sen vahvemaksi ja automaattisemmaksi taito kehittyy. Muista, että usein hyvä käyttäytyminen on luopumista ja itsehillintää - muista palkita hyvää käytöstä!

### **1. Ovesta kulkeminen**

Ovesta ulos tai sisään kulkeminen on koiralle usein lähtökohtaisesti kiinnostava asia, koira tavoittelee avautuvan oven toisella puolella olevia asioita ja oven toiselle puolelle pääsyä. Jos koira yrittää rynnätä kohti ovea tai oviaukkoa, pysäytä koira rauhallisesti ja sulje ovi. Odota, että koira luopuu ja on hetken paikoillaan eikä yritä rynnätä. Avaa ovea, kun koira pysyy paikoillaan ja sulje ovea jos koira yrittää rynnätä. Kun saat koiran ryntäämättä oven auki, anna koiralle lupa kulkea ovesta. Mitä paremmin koira hillitsee itseään, sen helpommin ja nopeammin pääsee ovesta. Toistojen myötä taidosta tulee automaatio.

### **2. Autosta ulostulo**

Autosta ulos pääseminen on koiralle usein lähtökohtaisesti kiinnostava asia, koira tavoittelee auton ulkopuolella olevia asioita. Avaa autohäkin luukkuja tai auton ovea hitaasti. Jos koira yrittää rynnätä ulos, pysäytä koira rauhallisesti ja sulje ovi. Odota, että koira luopuu ja on hetken paikoillaan eikä yritä rynnätä. Avaa ovea, kun koira pysyy paikoillaan ja sulje ovea jos koira yrittää rynnätä. Kun saat koiran ryntäämättä oven auki, anna koiralle lupa kulkea ovesta. Mitä paremmin koira hillitsee itseään, sen helpommin ja nopeammin pääsee ovesta. Toistojen myötä taidosta tulee automaatio.

### **3. Ruokakupin saaminen**

Moni koira villiintyy ruokakupista ja tavoittelee nälkäisenä kuppia haukkuen ja hyppien tai juoksentelemalla. Tässäkin on hyvä mahdollisuus harjoitella malttia. Kun koira tarjoaa hillittyä käytöstä villin tavoittelun sijasta, ota kuppi käteen. Liikuta kuppia hitaasti lattiatasoa kohti, kun koira malttaa mielensä. Siirrä kuppia kauemmas koirasta jos koira tavoittelee kuppia liikaa. Koira oivaltaa, että hillityllä käytöksellä kupin saa lähemmäs. Anna lopuksi koiralle lupa mennä kupille. Harjoitusta toistamalla kauniista odottamisesta tulee automaatio.

### **4. Ulkovaatteiden pukeminen**

Moni koira villiintyy ulkoiluvälineiden tai omistajan ulkovaatteiden pukemisesta, koska se tietää ulkoilua. Tässäkin on hyvä mahdollisuus harjoitella malttia. Kun koira tarjoaa hillittyä käytöstä riehumisen sijasta, jatka koiran tai omien vaatteiden pukemista. Pysäytä oma toimintasi jos koira riehaantuu, jatka taas kun koira malttaa. Harjoitusta voi tehostaa lisätyllä luopumisharjoituksella, joka lisää koiran keskittyneisyyttä; laita lattialle koiran ulottumattomiin kasa herkkuja ja koira yhdistää tutun luopumisharjoituksen ja uloslähtötilanteet toisiinsa. Anna koiralle lupa ottaa herkut lattialta, kun koiralla ja sinulla on ulkoiluvälineet päällä. Harjoitusta toistamalla kauniista odottamisesta tulee automaatio.

### **5. Tervehtiminen**

Jos koira innostuu ihmisistä kovasti ja hyppii ihmisiä vasten tai juoksentelee villisti, tee tilanteesta luopumisharjoitus. Kytke koira taluttimeen estääksesi rauhallisesti koiran hyppiminen toisen ihmisen päälle. Alussa kun koira pysähtyy ja hillitsee itsensä edes sekunniksi, palkitse tai vapauta koira. Myöhemmin, kun luopuminen paranee, voit odottaa koiralta pidempää malttia ennen palkkiota tai vapautusta. Palkkio voi olla vapautus tervehtimään ihanaa ihmistä tai kasa herkkuja tai leikki oman omistajan kanssa. Pidä palkkaus vaihtelevana. Harjoitusta voi tehostaa lisätyllä luopumisharjoituksella, joka lisää koiran keskittyneisyyttä; laita lattialle koiran ulottumattomiin kasa herkkuja ja koira yhdistää tutun luopumisharjoituksen ja tervehtimistilanteen toisiinsa. Kun koira käyttäytyy hillitysti vieraan lähellä, anna koiralle lupa ottaa herkut lattialta. Harjoitusta toistamalla kauniista odottamisesta tulee automaatio.