

愛犬のしつけハンドブック



人と犬の関係

私たちと一緒に生活している犬たちの祖先は狼です。犬が家畜化されてから数千年といわれていますが、狼の本能は消えてしまったわけではありません。狼は群れを作って生活する動物であり、犬も狼と同じく群れを作るという性質をもっています。群れには必ずリーダーが必要です。リーダーの指示に従って行動して狩りをして獲物（食べ物）を手に入れます。リーダーは群れの安全を確保するためにテリトリー（生活領域）を確保し、外敵から群れを守ります。また、自ら群れの秩序を守るものとして一番初めに獲物（食べ物）を食べ始めます。

人間社会に暮らし始めた犬にとっての群れとは犬を含めた家族、つまり私たちです。犬は人間社会のルールを理解して暮らしているのではなく、母犬と兄弟犬（群れ）を離れ、新たな群れに加わったのだと考えているのです。

犬は私たちの家庭にやってきたそのときから、私たちのしぐさや動きを読み取り、彼らの言葉（ボディランゲージ）に照らし合わせて物事を理解しています。私たちが意識していてもしていなくても、私たちのしぐさや態度が犬に新たな群れのルールを教えているのです。

犬もまたたくさんのボディランゲージを使って群れの中での自分の順位、力の及ぶ範囲の確認をするべく考えているのです。

そこで私たちは犬にわかるように群れのリーダーは人間であることを伝える必要があります。社会的（群れを作って生きる）動物である犬は、安心して生活するために優しくて頼りがいのあるリーダーを求めています。

群れの中で無用な争いを避けるためには縦の関係、つまりどちらの順位が上なのかという地位がとても大切です。複数の犬と暮らしている場合にはこの順序を人も守る必要があります。先になでてあげる、声をかける、また食べ物を与えるという順序はとても大切なのです。

しかし、人間がリーダーになることは言葉や乱暴な体罰による威圧ではなく、普段の生活の場面で伝えることができます。犬の本能を知っていれば日々の生活の中で穏やかに知らせることができるのです。

よいリーダーとは決して独裁的に力で相手をねじ伏せるものではありません。犬が人をリーダーとして認めて信頼すれば、犬は自分の行動決める上でリーダーの意向を守ろうとする本能をもっているのです。

もちろん人間は犬が信頼するに足るリーダーとして行動しなければなりませんから、責任は重大です。犬にとって、群れの安全の確保（安心していられる）、移動ルート（散歩）の指示、食べ物の管理（リーダーが先）などはリーダーの仕事なのです。

飼い主がリーダーになるために

飼い主に注目させる。

犬の注意をひきつけることは飼い主とのコミュニケーションの第一歩です。はじめは一瞬でも目が合ったら犬の名前を呼びほめます。少しのおやつを手にとって犬の注意を引きながら自分の顎の下にもって行き、目を合わせる練習も効果的です。名前を呼ばれたらよいことが起こるから、飼い主を見たいと犬が考えるようにします。

犬の言いなりにならない。

犬がなでて欲しい、抱っこして欲しいなどと鼻先を押し付けたり、前足でつついたりして要求するときには、リーダーとしてまず簡単な号令に従わせてから要求にこたえてあげましょう。号令（要求）を出す側とそれに従う側をいつもはっきりと示してあげましょう。

食事は飼い主が管理する。

何時でも食べられる自由給仕はやめ、1日2回（子犬は数回）に分けて与え15～30分ぐらいで中身が残っていても食器を片付けてしまいます。食事の時間は、飼い主の都合で1～2時間の幅をもたせます。毎日同じ時間に与えているとそれが習慣となって少しでも食事の時間が遅れるとパニックをおこすようになることがあります。散歩の時間も同じです。

食事は飼い主が先にする。

群れの中では地位が上のものが先に獲物に口をつける権利をもっています。数分でもよいですから飼い主が先に食べ、その後に犬に食事を与えます。犬のルールでは上位のものだけが下位のもののお食事を横取りすることができます。ですから、決しておねだりに屈して食べ物を与えてはいけません。もし無視することができない状況であれば、犬が近づけないようにしたほうがよいのです。おいしい食べ物は飼い主が出してあげるものであって、

犬が自分で要求して手に入れるものであってはなりません。

食事を管理する（食器を守るのを予防する）。

食器には 1 回量を全部入れずに食事の一部を入れます。食べ終わるのを待って再びその食器に少量のフードを入れます。こうすることで“食事”が飼い主から与えられるということを強く学ぶことができます。また食器に人が近づくことがあるというメッセージを伝えていきます。このやり方はすでに食器（食べ物）を守るという行動が出来上がってしまった犬には非常に危険ですので、そのような犬には決してやってはいけません。

遊びを管理する。

犬と今まで以上に遊んであげることコミュニケーションに重要です。しかし、犬が遊びのルールを理解するまでは飼い主が“始めと終わり”をはっきりと犬に示す必要があります。犬が“遊ぼう”と誘ったときは簡単な号令（お座りなど）をかけて、それに従った”ごほうび”として遊びを開始します。終わるときも“犬が疲れたからやめる”のではなく、飼い主が終わるときを決定します。おもちゃは毎週 2～3 個ずつ交互に取り替えながら犬に与えていくと（貸してあげると）“おもちゃを管理するのは飼い主”というメッセージとともに“いつも新しいおもちゃ（おもちゃを飽きさせない）”という意味があります。全てのおもちゃを管理するという方法もありますが、一人遊び用のおもちゃを与えないと別の問題（物を壊す）が出てくる可能性があります。

身体を触らせる。

体中のどこでもやさしく触られたり、身体を拘束されたりしても平気でいられるようにします。1 回に長時間練習するよりも短時間で 1 日に何回か繰り返した方が効果的です。すでに身体を触られることを嫌がるようになっていく犬には決して無理をさせないようにすることが大切です。

すべての通行権は飼い主がもつ。

門や玄関では必ず飼い主が先に通ります。また、飼い主がそこを通るときには犬をまたいだりせず、その場をどかせてから通ります。しかし、すでに寝ているところを邪魔されることを嫌がる犬や飼い主に対しての主張が激しい犬では危険なことがあります。

マーキング行動をやめさせる。

マーキング行動は自らの縄張りを示し、他者にその支配者は誰であることを知らせるコミュニケーションの手段の一つです。その場所はたいてい、縄張りの境界線の近く、例えば庭の垣根沿い、玄関前の電柱、室内であれば窓や出入り口に近いところです。このようなマーキング行動を許しているとますます縄張り（テリトリー）を守り、主張するようにな

ります。散歩に出るときには犬の好き勝手にマーキング（におい付けのための排尿）をさせないようにすることも大切です。去勢手術によってこの行動を抑えられることがあります。

散歩中の注意

散歩中に犬に気を使いすぎていませんか？ 犬にずっと注目して歩いていると、犬は“いつも飼い主がついてきてくれるから大丈夫”という勘違いをしてしまいます。飼い主が進む方向を決め、犬をリードして歩きましょう。当たり前と思われるかもしれませんが、意外とこれできていないことが多いのです。

綱引きゲームはしない。

引っ張られたら引き返す、押されたら押し返す、これはわれわれにも当然の習性ですね。犬が引っ張る、すると人が引っ張り返す、また犬が引っ張り返す、つまり散歩中にずっと“綱引きゲーム”をしていることになります。また、飼い主は“引っ張られて、引っ張り返す”時に犬によく声をかけます。例えば、“いけない”、“ノー！”あるいは名前を呼んでいますか？ これは犬に対して応援のメッセージとなってしまいます。つまり飼い主と一緒に興奮して励ましてくれていると犬は勘違いして、ますます引っ張るようになります。感情は伝染するのです。こちらが冷静な態度を示さなければ犬も冷静になりにくいようです。また、声をかけなくても“犬をじっと見つめる”ことも犬にとっては“私に注目してくれている”と感じてしまうようです。

電信柱法？

犬が引っ張ったら電信柱になりましょう。

- 電信柱は ：動きません。
- ：しゃべりません。
- ：気持ちを持っていません（中立です）。
- ：犬に注目しません。

今までは“引っ張ると”→：飼い主は引っ張り返すか、あるいは引きずられていました。
 ： “いけない”と連呼したり、名前を叫んだりしていました。
 ： 感情的になったり、イライラしたりしていました。緊張していたかもしれません。
 ： 犬をじっと見ていました。

犬が引っ張ったとき、飼い主が電信柱のように無反応であれば、犬は“あれっ何も反応しないぞ、動かないぞ”→ 冷静に戻るのが早くなります。飼い主は犬が落ち着いたら再び歩き始めます。そこで犬はどうしたら散歩（楽しいこと）が続くか、そして引っ張ると思ひ

通りにならないことを知ることになります。このとき（電信柱になっているとき）のリードの長さ（安全性）には十分注意してください。

体力的に電信柱になれない（引きずられてしまう）人は、ヘッドホルター（ジェントルリーダー、ハルティ）あるいは引っ張り防止胴輪を使って電信柱になってみてください。

正しい行為には報酬を与える。

私たちは犬が正しく歩いているとき（リードがゆるい状態で歩くペースがよいとき）には何も声をかけず歩いていることが多いと思います。逆に引っ張っているときにはそれをやめさせようとして声をかけてしまうことが多いようです。これからは上手に歩いているときにこそ声をかけてあげましょう。散歩は飼い主と犬とのコミュニケーションの時間です。お互いに無言で歩いても面白くありませんから、飼い主の居ることを忘れて自分で面白いことを見つけようとして匂いをかいだり、先に行こうとしたりしているのかもしれないね。“ようし、いい子だ、こっちに行ってみよう、そうだよ！”と望ましい行動には声をかけるという報酬をいつも与えましょう。ダメ、ダメだけでは犬は理解できません。声をかけてあげるだけではなく、“ごほうび”（食べ物）も利用して正しい行動をほめてください。

散歩コースは一定させない。

犬が催促するとき、犬が先頭になって、犬が行きたいところに、犬のペースで散歩をしていませんか？ これでは飼い主がリーダーにはなっていません。次第に犬は自分がリードしているように考えてしまうかもしれません。散歩の主導権はリーダーである飼い主が持っていなければなりません。

毎日の散歩でできること

1. リードをつけるときには“お座り、待て”をさせる。
2. 門（玄関）を出るときには必ず飼い主が先に出る（座れ、待て、よし！）。
3. 毎日同じ道を歩かずに時々コースを変える。
4. 地面の匂いをかぐのを許可する場所と許可しない場所を飼い主が決定する。
5. 犬がどうしても角を曲がるときに引っ張るとき（犬が駄々をこね、飼い主も散歩のコース上そこを曲がらなくてはならないとき）は、曲がり角で“お座り”の号令をかけ、それに従ったことに対して曲がるようにする（曲がるのが犬にとっての”ごほうび”となる）。

飼い主に時間がある時（休日など）

1. 犬が行きたい方向にはあえて行かず、飼い主が行く方向を決める。

2. 犬が引っ張ったらその場所で飼い主は“電柱”となり動かない。犬がリードの範囲でリラックスできたら進む。
3. 飼い主は雑誌などを持って散歩に出かけ、所々で小さな公園や神社のベンチに腰掛けて雑誌を読む。→飼い主のペースで散歩をする。

“ごほうび”について

“ごほうび”にはさまざまな種類、価値があります。他の犬と遊びたくて夢中になっている犬にいくらおいしいおやつを与えようとしてもそれどころではないでしょう。そのときに犬にとって一番価値があるもの（一番やりたいこと）が“遊びたい”だからです。今一番やりたいことをさせることが一番の”ごほうび”になります。この場合もよいトレーニングタイムになります。

また、犬同士で遊ぶことを先に覚えてしまった犬の中には、飼い主の価値が遊び相手の犬よりも下がってしまい、飼い主を無視しがちな犬になることがあります。犬同士を遊ばせる前に、飼い主との関係を確立することがとても大切です。一番の”ごほうび”は私（飼い主）であるようにすることが目標です。

“ごほうび”の種類

食べ物

大好きな食べ物でも毎日だと飽きますね。これは犬でも同じことです。今この犬にとっての”ごほうび”は何かということのを常に考えることが大切です。その犬が大好きな食べ物を5つ、食べ物以外の大好きなことを5つほどリストアップして順位付けをしておくことが役に立ちます。

誘惑の少ない家庭内での練習のときには第5位の”ごほうび”で十分効果があっても、初めての気が散る場所では役に立たないかもしれません。また、“他の犬に挨拶したい”、“地面の匂いをかぎたい”、“走りたい”が今一番やりたいことかもしれません。そのような場合には食べ物よりも強力な誘惑となります。

ほめ言葉

犬がほめ言葉を理解していなければ、言葉だけでは“いいこと”というメッセージが伝わりません。ほめ言葉と一緒に食べ物を使うことは犬に“ほめ言葉=いい事”を理解しやすくします。

愛撫

愛撫には階級があります。どんな愛撫も全て一緒というわけではありません。ほとんどの犬は頭を触られるのは好きではありません。狼のハンドラー（調教する人）によっては頭をポンポンと押すことを狼に対して支配性を示す手段に使っていることがあります。同じように、犬に対しても頭の上をポンポンと押すことで寄って来なくなることもあります。しかし、これを知らずにやっている飼い主さんが多いようです。愛犬がなでるとうれしがる場所を見つけることも、犬とのコミュニケーションをとりやすくする 1 つのテクニックです。

いつ何時でもなでて欲しいのか？ 長い時間なでてもらうのはうれしいことか？ ご自分に置き換えて考えてみるのはいかがでしょうか。

犬をしつけるとは？

犬をしつけるというまです“お座り”や“お手”を教えることだと思い込んでいる方が多いと思います。しかし、犬をしつける本当の意味は、人と犬が快適な暮らしをするために必要なことを犬に教えるということなのです。犬と暮らし始めた人間は誰でも一生自分の犬を保護してあげなければなりません。犬は家族の一員です。しつけとは家族の一員として楽しく生活するためのルールを教えることなのです。ご家族がみんな忙しく、なかなか犬の教育にまで時間が裂けないかもしれませんが、それぞれの家庭に適したルールを教えるには飼い主自身がしつけを行うことがとても大切です。

ある意味では子育てと同じかもしれません。子供を育てると考えて、教育と愛情を犬に提供してあげましょう。苦労は大きいですが、やり遂げたときの充実感や心が通じ合うようになる喜びは、他の人にしつけをまかせたときには決して味わうことができません。普段ほとんど家の中だけに居る小型犬だから、特別なしつけは必要ないと思われるかもしれませんが、しかし、犬の一生のうちには、病気になったり、自動車が通る道を歩いたり、何日か飼い主と離れて暮らさなければならないこともあります。思いがけない事情や天災に際して、知らない人や動物と暮らさなければならなくなった犬達もいます。どんなときにも大きな問題を起こすことなく犬が生活できるように色々と教えておく必要があるのです。子供が社会人になるまでにしつけや教育、そして愛情が必要であることは、犬でも同じです。

犬を家畜化したのは人間ですから、互いに利益になり満足できる暮らしを守ることは人間

の責任です。愛犬に対して正しいリーダーシップを発揮できる飼い主であれば、人間も犬もハッピーな関係を保つことができます。

日本では正確な統計がありませんが、アメリカでは飼い主が犬を放棄する第 1 の原因は、いわゆる問題行動によるもので、安楽死される犬の 50～70%を占めています。犬の死因の第 1 位が伝染病でもガンでもなく、行動に関する問題であることに人は大きな責任を感じなければならないと思います。

問題行動とは？

“咬みつく”、“吠える”、“うなる”などの問題行動の中には、体調が悪かったり、病気のために性格が変わったりして起こるものがあります。それ以外のほとんどの場合は健康で、問題のなかった犬が急に問題を起こすようになったように感じてしまいますが、実はこのような問題行動はふつう突然に起こるものではありません。しかし、現実には愛犬が問題行動を起こすようになる前兆を見逃していたり、状況に気づいていなかったりすることが多いのです。長く一緒に暮らして、愛犬のことは何でもわかっているつもりでも、実際はお互いをよく知らないまま生活していることが多いのです。問題行動と呼ばれているものの多くは、私たちの“動物としての犬”についての理解不足の結果であったり、その犬の犬種の特長や性別または個々の性格についての理解不足に端を発していたりすることが多いようです。愛犬とよい関係を築き、問題行動を未然に防ぐためには、まず犬の気持ち（心理）や行動を理解することが必要です。

感染症を予防するワクチンやフィラリア症の予防薬と同じように、適切なしつけと飼い方を実践すれば、問題行動と呼ばれる行動上のトラブルの多くも予防することができるのです。

それではもう一度犬について考えていただくことにしましょう。

犬って何？

皆さんもご存知のとおり、犬の祖先は狼です。人間と犬の結びつきはいつ、どこで、どのように生まれたのでしょうか？ イスラエルでは紀元前 1 万 2000 年前の人骨の化石が発見され、その脇には犬の骨が丁寧に置かれていました。その人の手が犬の体にきちんと置かれていたことから、この犬がコンパニオンアニマルであり、腕に抱かれていたことが推察

されます。北アフリカで発見された 3000 年前の岩に描かれた絵には、人と犬が協力してバ イソン狩りをしている様子が表されてされています。こうしてみると人が犬を家畜化した のは数千年前であり、はじめは犬をそばに置くことで人は他の肉食動物が近づくのをいち 早く知ることができ、犬は苦勞せずにえさにありつけるといったお互いの利益が一致した ことから家畜化されたものと考えられます。そして長年のうちに人の社会に溶け込んでい ったと思われています。

人の生活の変化に合わせ、人は犬を改良していきました。そして多くの犬種が生まれ、現 在の家庭犬に至っています。また、現在でも盲導犬や警察犬、麻薬捜査犬、そして聴導犬 や介助犬などのように人のために働く犬もいます。

犬は群れの動物

家畜化されたといってもたかだか数千年の歴史であり、犬つまり狼の本能は消えることは ありません。犬は狼と同じく群れを作ります。群れは必ずリーダーをもちます。最近、し つけの話の中で“リーダーにならなければなりません”といわれるのはこのためです。群 れによる生活は、リーダーの指示によって移動し、狩をして獲物=食べ物を手に入れます。 リーダーは群れの安全を確保するために、生活環境であるテリトリーを管理し、外敵から 群れを守ります。そこで、リーダーを頂点とした群れにおける立場の順位付けはとても大 切です。群れの中の順位の混乱は群れの団結力を低下させ、外敵に隙を与えることになり、 死活問題へとつながります。リーダーが不在の群れは不安定で、常に危機的状態となり、 群れの内部闘争が繰り広げられます。

人間社会に連れてこられた犬にとっての群れは、犬を含む私たち家族です。犬は人間と暮 らしていることを理解しているというよりも、新たな群れに加わったと理解しているの です。

犬は私たちの家庭にやってきたときから、私たちのしぐさ、動きを彼らの言葉であるボデ ィランゲージとして理解しています。私たちが意識していようがいまいが、私たちのしぐ さが犬にこの新しい群れのルールを教えているのです。犬もまたたくさんのボディランゲ ージを使って、群れの中で自分の順位や力の及ぶ範囲の確認をとっています。これが犬の 本能です。

したがって、我々は犬にわかるように人間が群れのリーダーであることを伝える必要があ ります。群れで生きる犬は、安心して生活するために、やさしく頼りになるリーダーを求

めているのです。

リーダーとは？

我々がリーダーであることを犬にわかるように教えることは、普段の生活の場面で伝えることができます。犬の本能に基づいて生活の中で穏やかに犬に知らせることができます。良いリーダーは、自分の利益だけを考えて力で仲間を押しさえつけることは決してしません。実際、野生の狼のリーダーは群れの中で闘争するようなことはめったにありません。私達がリーダーになるということは、犬がその人をリーダーとして選ぶことができるように振る舞い行動することに他なりません。人は選ばれる側に立っているのです。

リーダーになることは犬に信頼されるようになることです。リーダーには一貫性をもって毅然とした態度をとることが要求されますが、これは決して犬に辛くあたれとか専制君主になれといっているわけではありません。犬が彼らの群れの中でリーダーと認められるには、生活のために必要なものを一番上手に手に入れることがあります。生活の中で必要なものは“水と食べ物と安全”ですが、もう 1 つ大切なことに“喜びを感じる”があります。

犬も時として楽しみのために食べることを忘れてしまうことがあります。“叩かれたくない”、“叱られたくない”という理由で人に従うよりも“ほめてもらいたい”という理由で人に従う犬のほうがずっと生き生きしています。また、こういう犬はストレスがないので問題行動を起こしにくいとも言われています。“この人といるとよいことや楽しいことがいっぱいある。だからこの人のそばに居たい”と思わせることも大切です。

信頼できるリーダーを見つけられない犬は、自分が安心して生活するために群れの順位の一つ上に上り詰めることがあります。しかし多くの場合、人間がリーダーであることを犬に示していないか、気づかぬうちに犬がリーダーであるというメッセージを伝えてしまっていることが問題なのです。

最初から問題行動を抱えている犬はほとんどいません。実は我々が問題ある環境を作ってしまったことが多いのです。犬の起源を考えると犬の特定の行動が理解できません。しかし、本能としては正しい行動でも、人間の生活様式に合わないとな問題となってくるのです。

例えば、犬が自転車を追いかけたとき、それは獲物を追跡する本能が現れたに過ぎないと

いったら許されるでしょうか？ 人間社会でともに生きる現代の犬にとっては、社会的に受け入れられなくなる可能性もある危険な行為と受けとられるでしょう。

犬は経験をもとに学習します。飼い主が生活環境を整備してあげなければ、犬は自己流に成り行き任せに学習することになります。犬が自己流に学習した悪い習慣を好ましい習慣にしつけ直すよりも、最初から好ましい行動を教えていきましょう。

飼い主がリーダーになる方法

このハンドアウトの始めに書いてあります。もう一度復習してみてください。

1. 飼い主に注目させる。
2. 食事は飼い主が管理する。
3. 食事は飼い主が先
4. * 食器を守るのを防ぐ。
5. 遊びを管理する。
6. * 体を触らせる。
7. * すべての通行権は飼い主がもつ。
8. マーキング行動をやめさせる。

* 印の項目は、すでに問題が出ている犬に対して実行すると危険を伴うことがあるので注意してください。

すべてのことに対する飼い主の対応として、飼い主は“一貫性”をもち、毅然とした態度で犬に対応しましょう。毅然とした態度とは決して“犬に冷たくあたる”ということではありません。いつも一定しない優柔不断な態度で犬に接すると、犬は不安になってしまいます。

犬はどうやって学習するか？

犬は行動の結果をもとに学習します。つまり経験によって学習するのです。犬は初めから私たちの言葉を理解しているわけではありません。言葉を理解していない犬に号令をかけても従うはずはありませんし、同じ言葉を連発しても犬はただ“うるさいなあ”と思うだけかもしれません。

例えば、私たちが聞いたことのない外国語で“座ってください”といわれ、理解できずに座らなかったために叱られたらどんな気持ちがするでしょう？ 座る姿勢に誘導しながら“座ってください”といわれ、座ると同時に誉められたなら、その言葉と座るという動作が結びつくことでしょう。

犬も同じです。まず“動作”を誘導し、それを意味する言葉＝号令と結び付けます。これを何度か繰り返すと“動作”と“号令”が同じものということを理解するので“号令”をかけると“動作”を導くことができるようになります。

“動作”を誘導し、正しい行動を導くことができたなら“号令”とともに“正しいことをした”ということを知らせます。これは“ある反応のあとでほうびを与えると、その反応を継続あるいは反復する回数が増す”という理論に基づくものです。

例えば、犬が通りすがりの車に吠えつく、すると車は逃げていく（通り過ぎる）。このことも行動－反応－報酬となり、反応（吠える）はどんどん強化されていくこととなります。

また、この様式で犬は常時学習していることになるため、健康な犬は老齢になって思考および認識能力が低下するまではいかなる年齢であっても学習できることとなります。そして、特定の行動に対して一貫した見返りがあれば学習速度は速まることがわかっています。新しい行動をしっかりと覚えさせるまではこの方法を使っていきます。

犬の好ましい行動を強化するために使うことができる簡単な手段は、食べ物、ほめ言葉、なでる、遊ぶなどです。犬にはボールで遊ぶのが何よりも好きなものもいれば、食べ物が生きがいの犬もいるわけです。

また、“ごほうび”をあげると同時にほめ言葉（例えば“いい子”であったり“よしよし”であったり）を与えると、“ごほうび”と“ほめ言葉”の意味が結びつき、将来的には“ほめ言葉”は“ごほうび”と同等の意味をもつようになっていきます。つまり、食べ物はその行動を導くものであると同時に“正しいことをしたよ”という情報を知らせる役割をするわけです。

“ごほうび”を使ったしつけに対して、ほうびがないときにはやらなくなると危惧する人がいますが、“ごほうび”がないとやらない”というのはその食べ物が行動を誘導する目的にしか使われていないことから起こる失敗です。

毎回報酬を与えることによって、その行動が強化され一貫性を持ってできるようになった

ら、次の段階として”ごほうび”を断続的に与えるようにします。つまり、”ごほうび”をもらえるときもあればもらえないときもあります。正しい行動をしていることは、犬がほめ言葉を理解していることで伝わっています。

この方法はいったん定着した行動に対して行動を消滅しにくくさせる方法です。われわれが宝くじを買ったり、釣りに行ったりするのと同じことです。

“ごほうび”の効用

1. 正しい行動を誘導する。
2. 正しい行動をしたときの報酬となる。
3. “ほめ言葉”との掛け橋を果たす。
4. 次回も同じ行動を起こさせる動機づけとなる（意欲）。

“ごほうび”の種類については“人がリーダーになるために”の項目で触れましたが、もう一度復習してみてください。

- * 食べ物
- * ほめ言葉
- * 愛撫

コマンド（命令語について）

コマンドは家族で統一しましょう。

犬はもともと“言葉”を理解しません。犬に“言葉”を理解させるにはわかりやすく教えることが大切です。お母さんは“おすわり”、お父さんは“すわれ”、お兄さんは“SIT”、お姉さんは“すわって”では同じ“座ること”を教えようとしても言葉と行動がなかなか結びつきません。

コマンドは1回

“おすわり”“おすわり”“おすわり”とコマンドを連発すれば、犬は“コマンドを無視する”“数回言われたときにだけ命令を聞く”ということを理解するかもしれません。コマンド＝行動と結びつけるためには、コマンドのごとにその行動を導く必要があります。

リリースコマンド

リリース (release) には放す、自由にする、解散するという意味があります。リリースコマンドとはある行動の終了を犬に告げる合図となる言葉です。

例えば、犬に“おすわり”と命じたとします。犬はその場に座りますが、はたしていつまで座っていればよいのでしょうか？ 犬に何かの動作を要求した後、必ずその“終了”をはっきりと言葉で伝える必要があります。

指示した人がきちんと動作の終了を伝えないまま次の動作に移った場合、どこからどこまでが1つの動作なのかわからなくなって犬が迷うことがあります。また、犬が勝手に判断してその動作を“終了”してしまう原因を作ります。

リリースコマンドに選ぶ言葉は、普段の何気ない会話にはほとんど登場しない言葉を選んでください(“OK!”など)。

コマンド→動作→その動作をほめる→リリース

どれだけトレーニングしますか？

時間を決めてやるのではなく、犬をびっくりさせるくらい突然に生活の流れでトレーニングをしましょう。“sit” “OK”～これでトレーニングのセッション1は終わり。犬の集中力はそれほど持続しません。また、“トレーニングだ”と構えてしまうとお互いに疲れます。嫌なものは持続しない、なかなか学習しないというのは犬も人も同じです。

どこでトレーニングしますか？

犬は教えられた場所でする特定のことをよく学習します。訓練競技会の場ではとてもよく従うが、家庭ではそうでもないという犬がよくいます。もし犬に私たちが居るどこの場所でも私たちによく反応して従うことを望むのならば、子犬に家の中のあらゆる部屋、庭、車の中、歩道など、犬に号令にすぐ反応して従ってもらいたいところすべてで教えていかなければなりません。

私たちは1日10回から20回の1~2分間セッションの練習をするときに、このような場所

と状況を換えたトレーニングを行うことができます。

誰が子犬をしつけるべきですか？

犬の頭の中では、誰と一緒にいた、あるいは誰に教えてもらった、リーダーは誰、ということがある行動と関連づけられることがあります。お父さんやお母さんの号令にはよく従うが、そのほかの家族の号令にはあまり従わないということはよく聞くことです。

家族全員、誰からの号令にも犬がよく従うようにしたいならば、3歳以上の家族全員で教えるようにした方がよいでしょう。これは、人間がリーダーであることを犬に知らせるため、できればいろいろな年齢、性別、サイズの人にやってもらうとよいでしょう。

いつ～何時に何回～子犬に教えるべきですか？

人が家にいるとき、朝起きてから夜寝るまで、1回1～2分間の短い練習を予想できない間隔で1時間に1回ないし数回実施する時間を設けるとよいでしょう。スケジュールを立てずに突然1～2分間のトレーニングを行います。これはどんな時でも、どんな場所でも反応することを教えるためでもあります。決められた時間に1回30分間のトレーニングというのはとても長すぎます。

また、犬は型どおりの訓練、つまり1日の決められた時間だけ従うということを手早く覚えてしまうものです。どんな時でも、どんな所でもすぐに号令に従うことができるように、1日1回のトレーニングではなく、予測がつかない時間に何回でも、いろいろな場所で教えたほうが家庭犬のしつけとしては効果的なのです。

トレーニング時に気をつけることは？

9ヶ月以下の子犬ではケージから出した後や外に連れ出した後、すぐにはステイ（待て）の練習はしません。元気が有り余っているのだからただ座っているだけというのは無理なのです。1回のトレーニングで違うタイプのことをたくさんやらせてはいけません。また、違いすぎる（両極の）ことは避けるべきです。

例えば、興奮させるような追いかっこゲームをしたすぐ後に、長時間の“待て”の練習

をすることは、中級レベルのレッスンであり、子犬では避けるべきです。

ストレスと学習

我々もストレスがかかった状態にいると学習したり、作業をしたりする能率が下がります。犬も同じで、ストレス下におかれている犬では学習能力が低下します。新しいことを犬に教えるときには必ず犬にストレスがかからないところで始めます。

公園など知らない人や他の犬がいるところ、またいろいろな音が聞こえてしまうところで新たなことを教えることは非常に難しいことです。

まず自宅の部屋の中や庭で始めましょう。また練習中に犬がストレスを感じ始めたら、小休止して、その犬ができる簡単な号令をかけて成功するようにしむけ、必ずレッスンは成功したことで終わらせるように心がけましょう。

ストレスを避けるためには 1 回のレッスンを短時間にとどめることが有効です。また、自分の犬のストレスサインを読み取れるようになりましょう。

****犬のストレスサイン****

震える。
おもらしをする。
あえぐ。
足の裏がぬれる（汗をかく）。
瞳孔が広がる。
よだれをたらす。
体を硬直させる。
固まる。
その場から逃げようとする。
身体をかきむしる。
地面の匂いをかぐ。
あくび
まばたき
上唇をなめる。
背を向ける。
身体を振る。

運動の必要性

リードを引っ張る、よく吠える、元気がよすぎる、などの問題がある犬の中では、単に運動量が少ないための欲求不満が原因のことがあります。必要な運動量は犬種や年齢によって大いに違いますが、運動から戻ってきた後にしばらくウトウトしてしまうくらいが適量でしょう。

エネルギーが有り余っている犬では、普通に歩くだけでは運動にならないことが多く、いわゆる有酸素運動としてボール投げやフリスビーなどの運動が薦められます。しかし、関節に障害のある犬、まだ体が出来上がっていない犬では激しい運動は避けなければなりません。

そのような犬やスペースあるいは時間的に十分な運動をさせられない犬には、代わりに頭脳運動をさせてあげましょう。もともと犬は作業が大好きです。家の中でのかくれんぼや大好きなおもちゃ、おやつを隠して探させたり、バスターキューブ（転がすとフードが出てくるおもちゃ）を使って食事をさせたり、芸を教えることも犬にとっての頭脳運動になります。我々と同じで犬も頭を使うと疲れます。

身体的な運動不足を補い、飼い主とのコミュニケーションを高め、そして犬の作業能力を満足させるためにも頭脳運動はとても有効です。

また、身体的な運動をさせるときには、私たちと同じくウォームアップとクールダウンを入れたメニューが必要です。

罰

間違いを起こさないように誘導しながら教える方法では罰は不要です。かじってはいけない家具を噛んでいる現行犯の時には叱る必要があるかもしれません。ただし、罰はその犬にとってきわめて有害に働くことがあります。どうしたら有効な罰となるのでしょうか？

まず身体的な罰、例えばたたく、殴る、けるなどは効果がないばかりではなく、将来的に有害なので決してしてはいけません。たたかれた手やけられた足に対する恐怖感が一生残り、さらには人を嫌いになってしまうかもしれません。

また、痛みや恐怖のために攻撃的になることも考えられます。そこで、飼い主が直接手を下さないような天罰、言い換えれば罰というよりもやめさせたい行動を邪魔することによって我に返るように仕向けるような方法が有効です。

例えば缶にコインを入れたものや水鉄砲などあります。大きな音にハッとするくらいが適当です。音にビックリして逃げてしまうようだと刺激が強すぎます。大きすぎる音は恐怖感を植えつけるため、将来的に悪い影響を及ぼすことがあります。

犬の性格によって管をアルミ缶やスチール缶、また缶の大きさや中に入れるコインの数や種類を変えていきます。悪いことをしたと同時に缶を振り、同時に知らないふりをします。決して目の前でやったり、目を見つめてやったりしてはいけません。

犬がはっとしてその行動を中断したら、簡単な号令、例えば“お座り”と行って従ったらほめます。例えば家具をかじり始めた→“NO!”と同時に缶を振る→犬がはっとする→“お座り”の号令→従ったらかじってもよいおもちゃを与える（”ごほうび”＝ほめる）。

“不適切な行動”に対して罰を与えた後には必ず“適切な行動”を導くようにします。罰を与えただけでは犬には何をするのが正しいのかが理解できないので、恐怖心だけが残るか、あるいはまたすぐに同じことを繰り返します。

“何をしたいのか”“何をすれば私はうれしいのか”を一貫して犬に伝えることが大切です。また、罰を決して与えてはならないときがあります。それは学習の途中です。学習が完了していないときに罰を与えられると不安や混乱が増加し、学習の経過に障害をきたします。

アイコンタクト

皆さんの愛犬は自分の名前を理解していますか？ そんなことは当たり前と思われるかもしれませんが、名前を呼んだときにすぐ振り返りますか？ 名前を呼ぶことが多すぎるために、自分の名前を無視するようになっていませんか？ 叱るときに名前を呼んでいるために、自分の名前が嫌いに染ってはいませんか？ 名前を呼んだらすぐ“なあに？”と飼い主の目を見つめることはしつけの基本です。我々も目と目が合って始めて会話が始まりますね。犬も飼い主に注目する体制が整っていて初めて号令にすぐ反応するようになります。

“犬の名前を呼んでアイコンタクトをして、たくさんほめてごほうび”これを1日数回、犬が飽きない程度に練習して、名前を呼ばれることが大好きな犬にしてください。まずは家の中から始めて、できるようになったら徐々に庭、家の外、公園と犬にとって誘惑が多いところでもできるようにしていきます。

小型犬の場合、目の位置が高すぎるとアイコンタクトがしづらく、また威圧的に感じてしまうことがあるので、教えはじめには台を使うか、人が膝をついて練習します。ひざをつくときには背をまっすぐに伸ばすようにします。かがみこんでしまうと体が犬に覆いかぶさるので犬にとっては威圧される姿勢になりますので気をつけてください。

また、見つめ合う時間も少しずつ増やしていきます。練習は“必ずできる状況の中で必ず成功させる”これがしつけの基本の1つです。

“おいで”ゲーム（呼んだら確実に来ること）

1. 家族全員が居るときに、一人が犬を呼びます。そのときに他の家族はあまり魅力的にならないようにします。次々に一人ずつが呼びます。犬が来たらごほうびに体の中心に犬を引き寄せするようにします。決して人が犬を迎えにいたり、首輪をつかんで強く引き寄せたりしてはいけません。家族全員が犬にとって魅力的な人間になり、誰が呼んでも喜んで来る犬にするための楽しいトレーニングです。
2. 二人の家族のメンバーで行う方法もあります。最初は短い距離から一人が“おいで”と言い、もう一人は“(ママのところへ)行って”と言います。そして、できるようになったらだんだん距離を長くしていきます。最終的には、もう一人が見えないところにおいてもできるようになります。これは同時に“行って”というコマンドを教えることにもなります。

環境に慣らす

犬は初めて見るものや、初めて行った所に関しては不安で怖がる、あるいは逆に興味があまりすぎてどうしようもなく興奮してしまうことがあります。そこでどこでもパニックに陥ることなく、落ち着いていられるように慣らしていく必要があります。

犬の思考回路は人とは違います。いつも行っている公園は慣れているところなので安心ですが、別の公園に行ったときに、飼い主にとって公園は公園で同じようなものですが、犬にとっては“ここはどこダー！ アレは何ダー？”ということになるのです。

同様に、いつも散歩の途中で会う犬は同族と考えていますが、違う場面で出会った犬については“こいつはいったい何だぁ！”という感じ方をすることがあります。

人間から見れば“何で？”と思うことですが、そのような場面でもパニックを起こさないように色々な環境に慣らしておくことはとても大切です。

“アイコンタクト”“お座り”“ふせ”を練習する場所を慣れている場所から、徐々に不安材料がある場所へとステップアップしていきます。大体半月ぐらいを目安に余裕を持って、犬にストレスがかかっていないかを確認しながら場所を移します。

家の中→庭→いつもの公園→別の公園→人や犬が少し多い公園→人や犬が少し多い別の公園→人や犬がたくさんいる公園→人や犬がたくさんいる別の公園→音のうるさいパチンコ屋の前→子供がたくさんいる幼稚園や学校の前→人がたくさん出てくる駅前

犬の意識を飼い主以外に向けさせる刺激（誘惑）の攻略法として、飼い主は“私といればどんなときも大丈夫、安心！”という気持ちで犬に接する。犬には“この人といれば安心！”と思わせてあげることです。

ただし、犬が不安な状態になってしまったときには、決してなだめたりはせず、何事もなかったかのように振舞うことが大切です。常に刺激から離れたところでよく練習してから、徐々に近づくようにしていきます。くれぐれも時間（日にち）をかけて少しずつです。

あせりは禁物です。

必ず成功する状況で、必ず成功するように導いてあげることが練習です。

これがしつけの成功の鍵なのです。

GOOD LUCK, EVERY DOGGY!