JEU OPTIMISME – FAIRE UN CHOIX

Pourquoi choisir ce jeu ?

-💡 Un petit jeu qui change tout
Certains chiens vivent dans le doute : « Si je choisis, est-ce que je vais me tromper ? Est-ce que ça vaut la peine d'essayer ? » -Le pessimiste

Chez d'autres, l'ombre de l'impuissance acquise s'installe : ils n'osent plus rien tenter, persuadés que leurs actions ne comptent pas.

Le jeu Optimisme vient rallumer une étincelle ✨.
Deux objets, un choix… et peu importe lequel, le chien est récompensé.
Petit à petit, il comprend que ses décisions ont de la valeur. Qu'il peut influencer ce qui arrive. Qu'il n'est pas prisonnier du hasard ou de la peur.
👉 Ce simple jeu devient alors une porte ouverte vers plus de confiance, de joie et de liberté.

🎲 Jeu : Optimisme

-🎯 Objectif du jeu
Aider le chien à comprendre que ses choix ont de la valeur et qu'ils sont respectés.
Cela développe la confiance, la motivation et une attitude positive face aux apprentissages.

🐾 Matériel nécessaire

- -2 objets différents mais neutres (ex. : deux jouets, deux boîtes, deux cibles, deux bols vides).
- Des petites friandises appétissantes.

📝 Étapes pas à pas

Préparation
- Placez les deux objets devant vous, à environ 30 cm l'un de l'autre.
- Ayez vos friandises prêtes dans la main ou une pochette.

Proposition
- Montrez les deux objets à votre chien en les posant au sol.
- Attendez que le chien s'approche et fasse un choix (il peut toucher du museau, de la patte ou même juste regarder plus intensément un des deux objets).

Renforcement
- Dès qu'il choisit un des objets, récompensez immédiatement (friandise + voix joyeuse).
- Peu importe lequel des deux objets il choisit, son choix est validé !

Répétition
- Ramenez les objets au centre et recommencez.
- Faites 5 à 10 répétitions, en gardant des séances courtes (1-2 minutes).

💡 Points importants

- Il n'y a pas de "mauvais choix" dans ce jeu.
- Le but n'est pas que le chien "devine" mais qu'il comprenne que ses décisions comptent.
- Progressivement, vous pouvez varier les objets, les positions ou même en rajouter un troisième.

🌟 Bienfaits

- Développe l'optimisme : le chien apprend que son environnement répond positivement à ses initiatives.
- Renforce l'agentivité (le sentiment de contrôle).
- Utile pour les chiens anxieux ou hésitants : ils gagnent en confiance.
- Crée une dynamique ludique et détendue entre vous et votre chien.

« L'optimisme s'apprend : un choix, une récompense, une confiance retrouvée et le monde devient plus lumineux. »