

L'optimisme & biais de jugement chez le chien

Et si votre chien n'était pas têtu, lent à comprendre ou réactif... mais simplement pessimiste ?



Ce document contient du matériel éducatif adapté de The Canine Behavior College.
© The Canine Behavior College, tous droits réservés. Utilisé avec permission.

Plan de l'atelier

1. Qu'est-ce que le biais de jugement
2. Qu'est-ce que l'optimisme et pessimisme
3. Conséquences d'une faible tendance à l'optimisme
4. Avantages d'une bonne capacité d'optimisme
5. Quels sont les influenceurs de l'optimisme ?
6. Comment améliorer l'optimisme de mon chien ?
7. Conclusion et questions



2

Qu'est-ce que le biais de jugement et pourquoi c'est important

La tendance du chien à interpréter une situation inhabituelle ou nouvelle comme étant négative ou positive .



3

Qu'est-ce que l'optimisme et le pessimisme

Est-ce que le pessimisme est un défaut?

Non. C'est l'instinct de survie!



Quand la prudence devient envahissante

Le biais de jugement influence :

- Les émotions du chien
- Ses réactions
- Sa capacité à apprendre
- Sa résilience face aux imprévus
- Sa qualité de vie



3 questions qui influencent le biais de jugement

1 - Est-ce que j'en suis conscient?

Si oui



2 - Est-ce que c'est important?

Si oui



3 - Est-ce que c'est bon ou mauvais ?

Si c'est mauvais



Chaudière d'émotions

[Chaudière d'émotions](#)

[Chaudière familiale](#)

PATTES & ASTUCES

Bâtir l'optimisme: Quoi utiliser pour le DMC (Nice)

PATTES & ASTUCES

Neuro: Route lente

Stimulus → **Thalamus** (Station de relais) → **Cortex préfrontal** (Système de traitement information et gestion des émotions) → **Amygdale** (Système d'alarme)


Caractéristiques

- Plus lent
- Réflexif

PATTES & ASTUCES

Neuro: Route rapide

Stimulus → **Thalamus** → **Amygdale**
 (Station de tri / relais) (Système d'alarme)




Caractéristiques :

- Très rapide
- Instinctif


PATTES & ASTUCES


Dans quelle zone travailler

Désensibilisation Sensibilisation

Bruit blanc ←  → Réaction Instantanée / Extrême

Varie d'un chien et d'une situation à l'autre


 Chien réactif

 Chien à l'épreuve des bombes

PATTES & ASTUCES

Conséquences d'une faible tendance à l'optimisme


- Réactions disproportionnées
- Difficulté à se désengager
- État de vigilance constante
- Comorbidité
- Épuisement
- Apprentissage plus lent
- Faible tolérance à la frustration
- Généralisation



PATTES & ASTUCES


Avantages d'une bonne capacité d'optimisme

- Récupération rapide
- Meilleure tolérance aux imprévus
- Meilleure tolérance à la frustration
- Meilleure capacité à se désengager
- Meilleure capacité d'apprentissage
- Autonomie de gestion émotionnelle
- Confiance en l'environnement



PATTES & ASTUCES


Les influenceurs d'optimisme



PATTES & ASTUCES

Indices que mon chien a de la difficulté avec ce concept

- Réagit vite, fort, longtemps
- Fuit, fige ou explose rapidement
- A de la difficulté à décrocher
- Est souvent en alerte
- Surveillance beaucoup
- Anticipe le pire
- A besoin de beaucoup de distance
- A de la difficulté avec la nouveauté
- Généralise ses peurs
- A besoin de beaucoup de contrôle externe pour fonctionner



PATTES & ASTUCES

Comment améliorer l'optimisme de mon chien?

1. Le style de vie
2. Les jeux
3. Les stratégies d'urgences



16

Le style de vie 24/7

- Santé
- Confrontations
- Environnement
- Exposition
- Enrichissement
- Expériences positives
- Courir librement
- Renifler
- Explorer
- Jouer
- Creuser



**Avoir un espace pour laisser
notre chien être un chien**



17

Le matin : point de départ de l'optimisme

- Influence
- Élan
- Effet

Petit changement, grand impact
Adapter la routine du matin contribue à améliorer l'état émotionnel global



18

Les jeux

Qu'est-ce qui fait qu'un jeu est un jeu d'optimisme

- Nouveauté
- Ambiguïté
- Défi
- Élément qui se démarque

2 façons de le bâtir

- Subit par le chien (boîte tombe accidentellement)
- Produit par le chien (pousse la boîte volontairement)



19

Liens pour vidéos des jeux

- [1- Intro au chaos des boîtes niveau 2](#)
- [2- Intro au chaos des boîtes niveau 1](#)
- [3- Boîte de contrôle](#)
- [4- Fais-le tomber](#)



20

Les stratégies d'urgence

Décider à l'avance :

- Quoi faire quand le chien est dépassé
- Comment empêcher la situation d'empirer
- Comment minimiser l'impact sur l'optimisme



21

Conclusion

On ne peut pas contrôler tout ce que notre chien va vivre.



PATTES ASTUCES Mais on peut influencer comment il va l'interpréter. 22
