

# L'optimisme & biais de jugement chez le chien

Et si votre chien n'était pas têtue, 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



# 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 .



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

Est-ce que le pessimisme est un défaut?

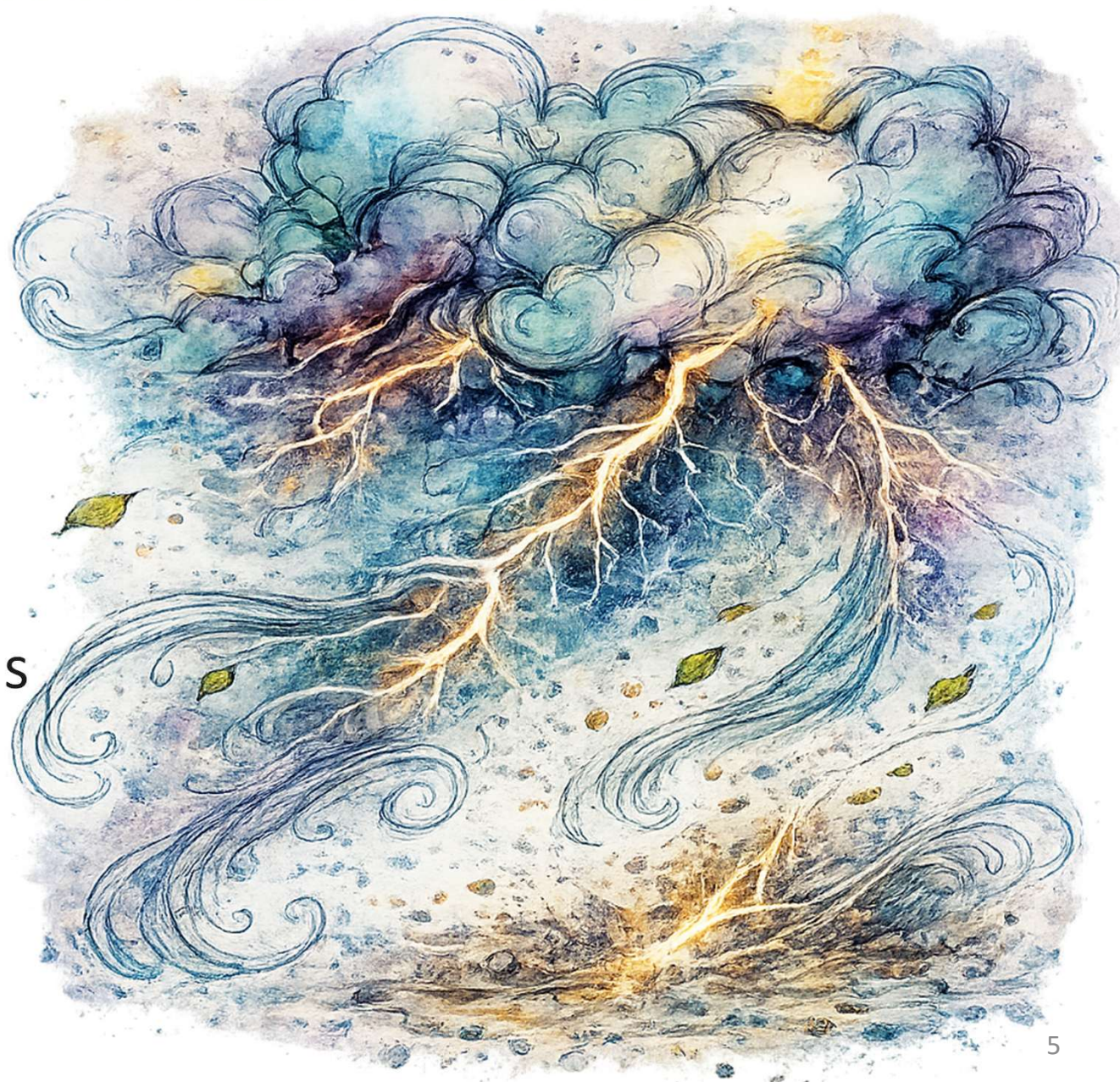
**Non. C'est l'instinct de survie!**



# 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

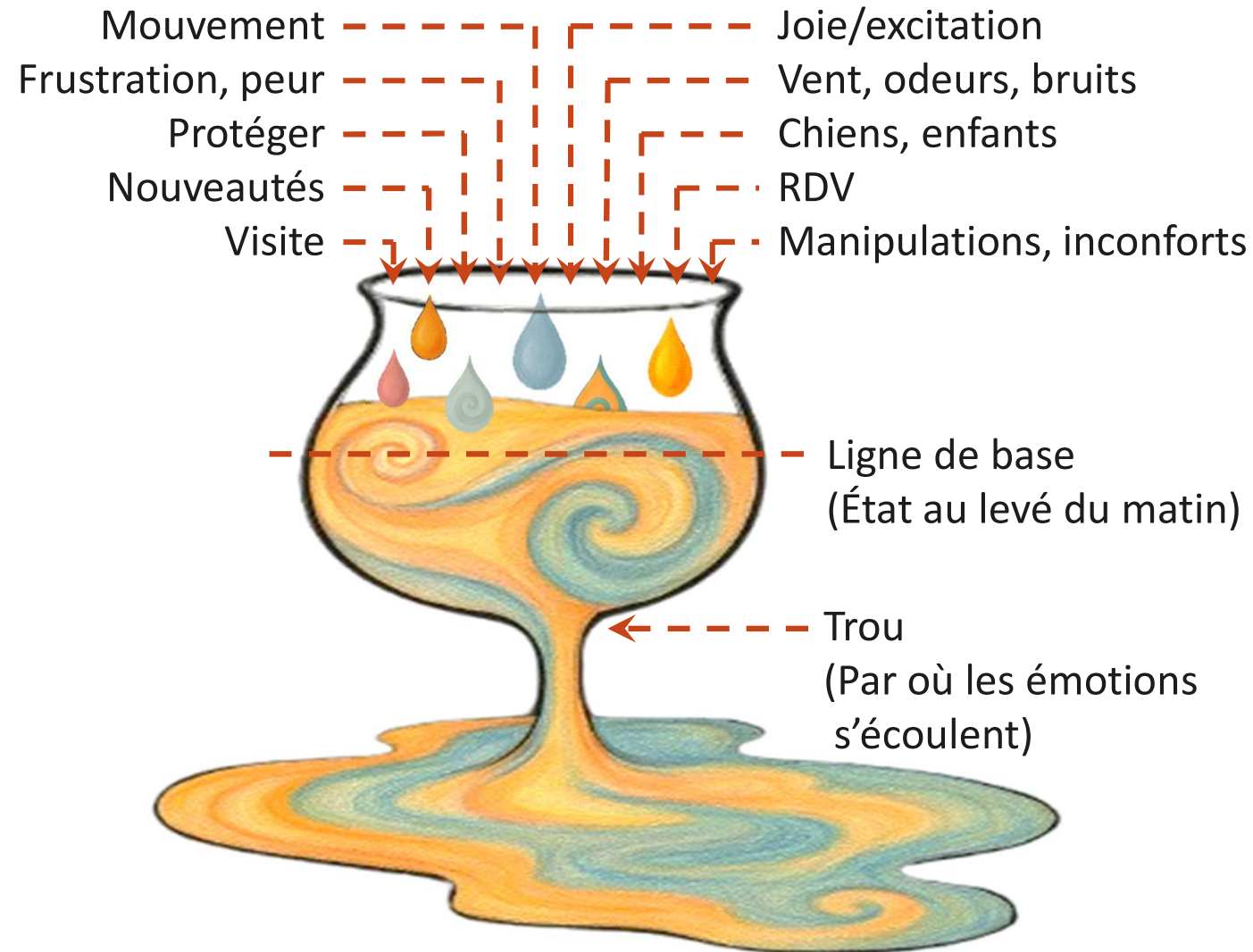


3 - Est-ce que c'est bon ou mauvais ?

Si c'est mauvais



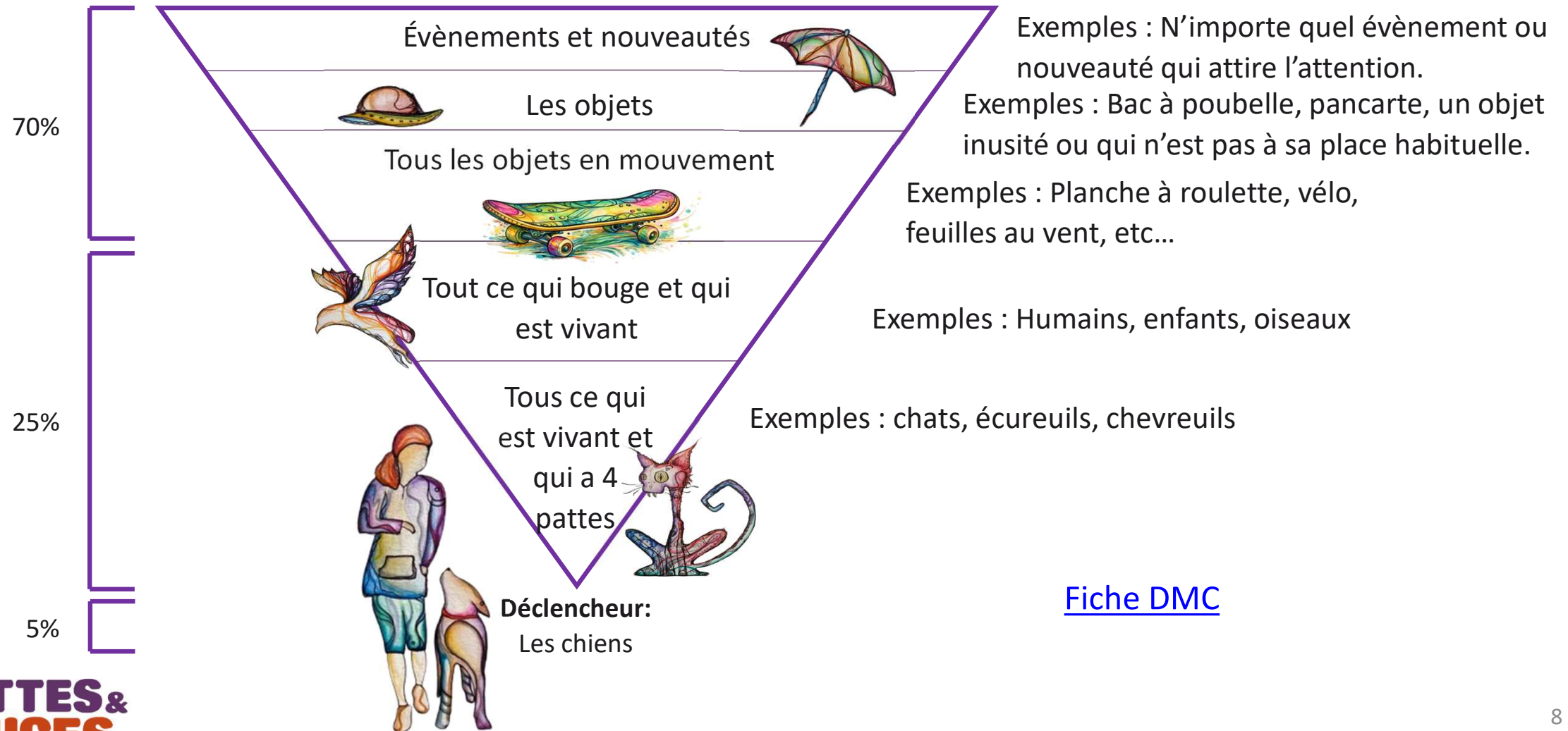
# Chaudière d'émotions



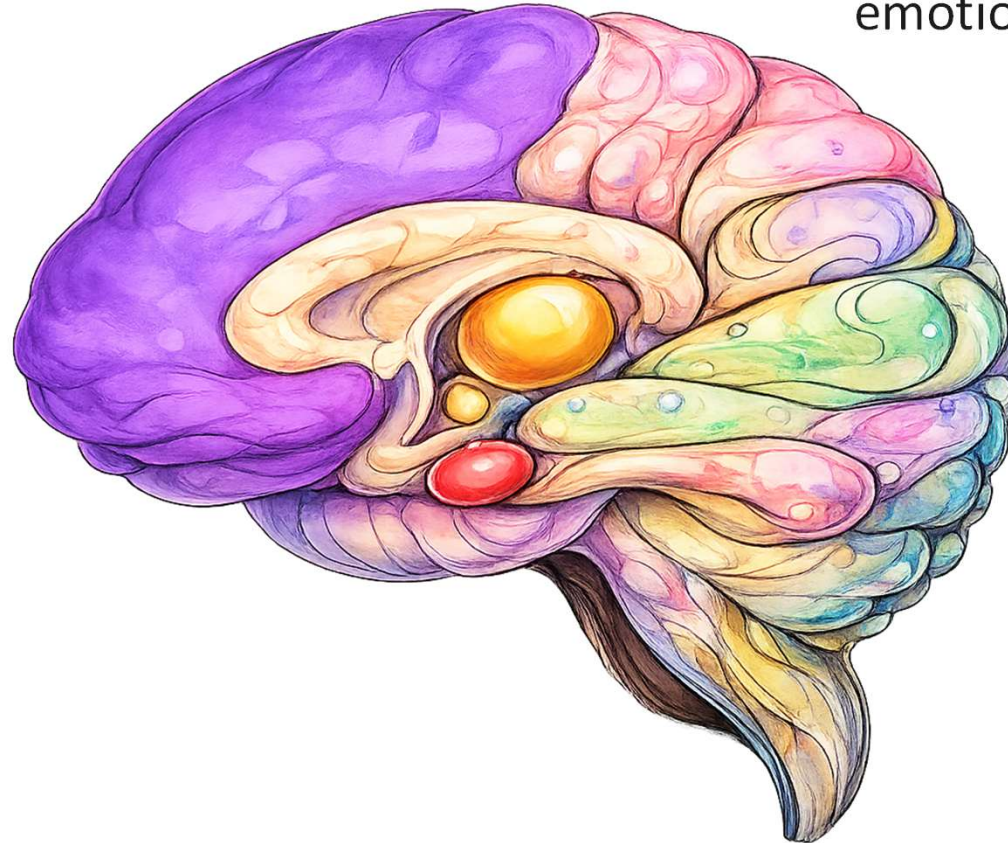
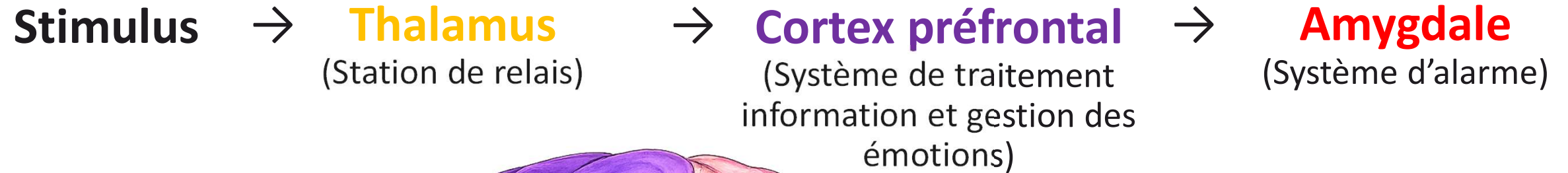
[Chaudière d'émotions](#)

[Chaudière familiale](#)

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



# Neuro: Route lente



## Caractéristiques

- Plus lent
- Réfléctif

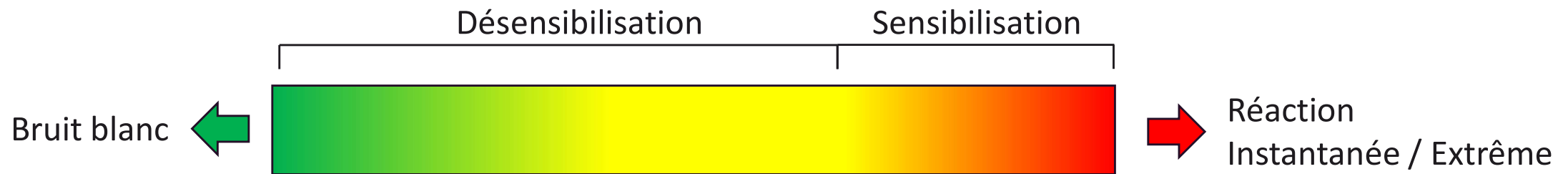
# Neuro: Route rapide



## Caractéristiques :

- Très rapide
- Instinctif

# Dans quelle zone travailler



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



Chien réactif



Chien à l'épreuve des bombes

# 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



# 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

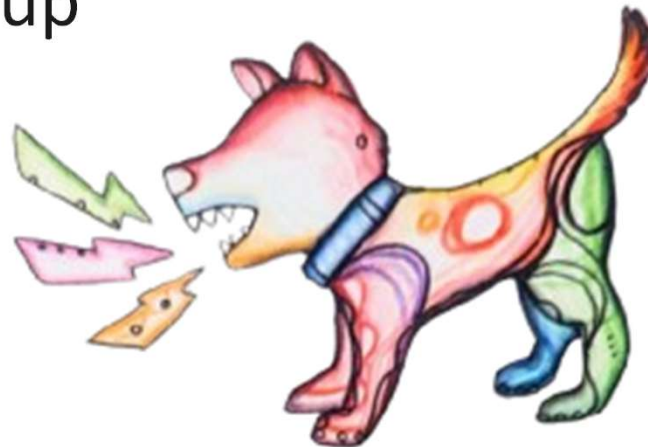


# Les influenceurs d'optimisme



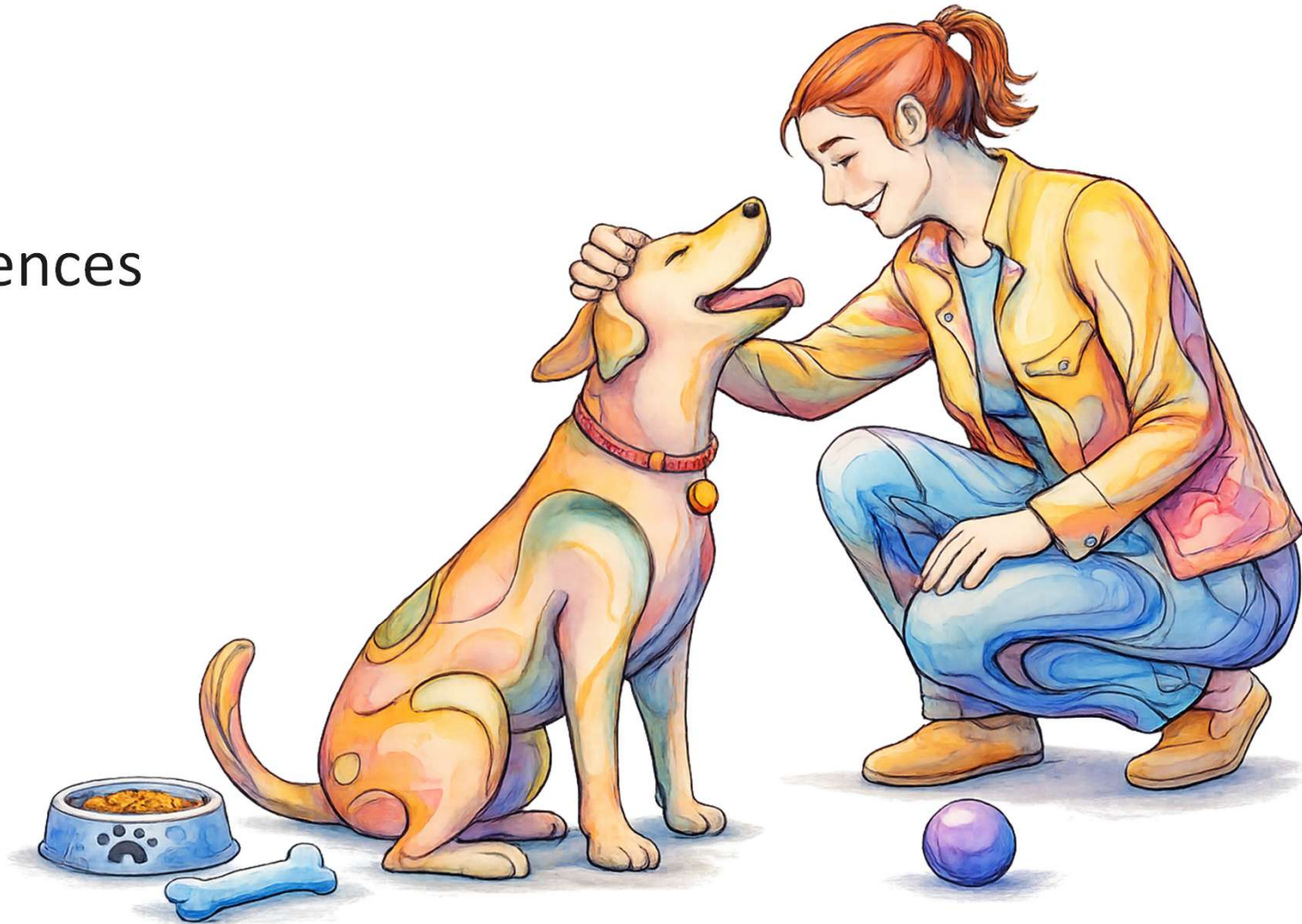
# Indices que mon chien a de la difficulté avec ce concept

- Réagit vite, fort, longtemps
- Fuit, fige ou explose rapidement
- A de la difficulté à décrocher
- Est souvent en alerte
- Surveille 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



# Comment améliorer l'optimisme de mon chien?

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



# 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**

# 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



# 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)



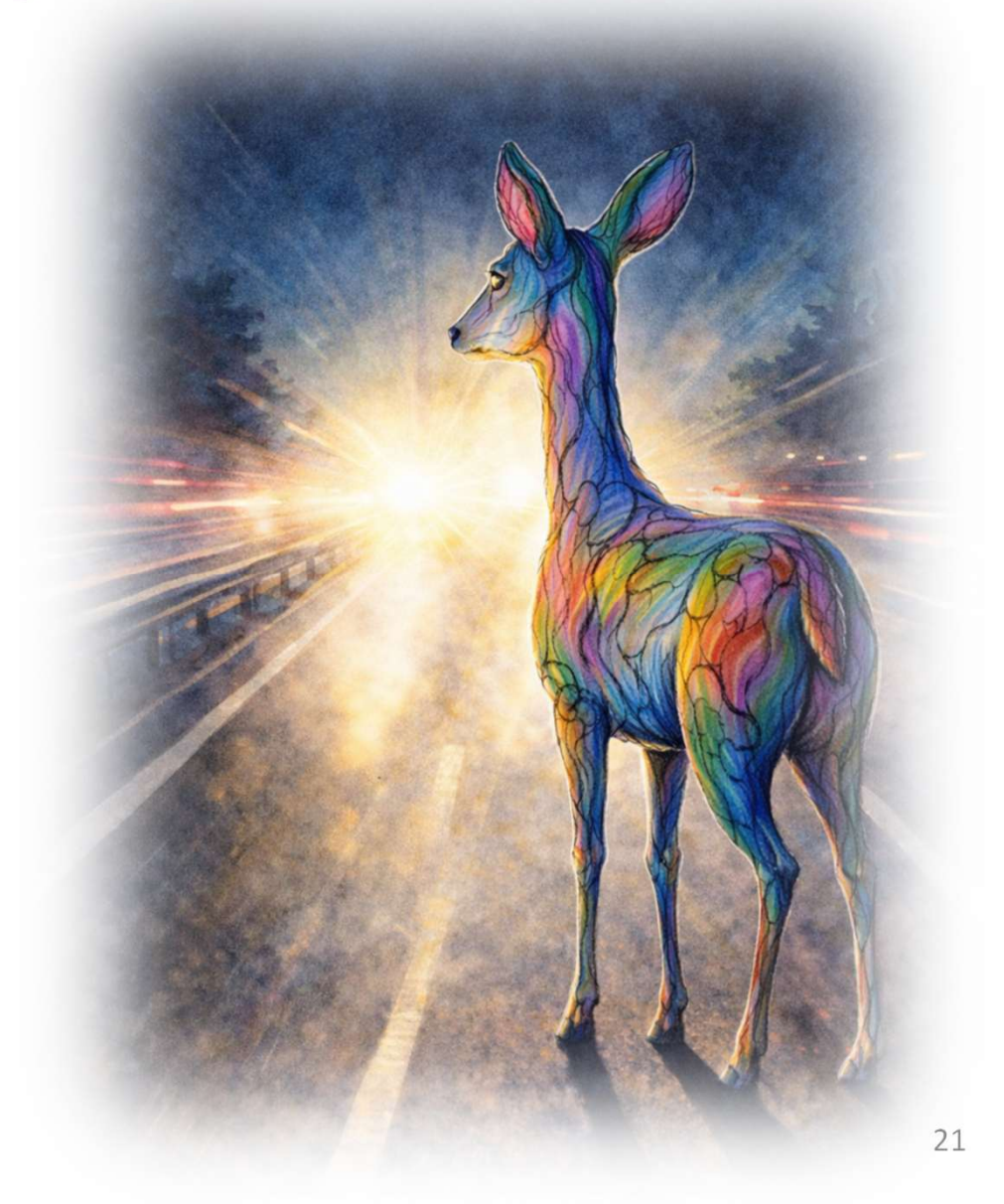
# Liens pour vidéos des jeux

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

# 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



# Conclusion

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



Mais on peut influencer comment il va l'interpréter.