

**Traduction d'un article de Sally Hopkins© 2014**

**Cette technique, et son nom, sont des marques déposées par Dog Games Ltd. (UK Trade Mark #UK00003028207 of Dog Games Ltd.)**

**Vous pouvez, et nous vous encourageons à, diffuser ce texte et cette technique mais uniquement s'ils sont accompagnés du nom de l'auteur (Sally Hopkins), du lien vers le texte original**

**<http://www.dog-games.co.uk/sprinkles.htm>**

**... et, par pure courtoisie dont je vous serai tout simplement reconnaissante, du nom de la traductrice**

**Cynthia Edelman-Rota et de son site web**

**[www.magiclicker.ch](http://www.magiclicker.ch)**

**Bonne lecture ☺**

**Le nom original de la technique : « Sprinkles » a délibérément été gardé en anglais dans le texte anglais en raison de la marque déposée : « to sprinkle », toutefois, signifie « saupoudrer ».**

**Les « Sprinkles » sont les minuscules fragments de nourriture humide utilisés pour « saupoudrer » le sol (voir article pour une meilleure compréhension).**

**Ndt : l'article original contient des liens annexes (olfaction, boîte magique, suggestions d'autres jeux) qui emmènent à d'autres articles qui n'ont pas été traduits.**

## SPRINKLES (TM) par Sally Hopkins

- Procure un exercice mental
- Réduit le stress
- Favorise le sommeil profond
- Facile à mettre en place
- Favorise la confiance en soi



Le « jeu des Sprinkles » est un concept simple dont les bénéfices sont aussi probants qu'étonnants. L'article que vous allez lire explique la technique en détail, vous fournit une liste de ses nombreuses applications et vous permet de débiter avec votre propre chien en s'adaptant à différents contextes.

« Sprinkles » n'est pas une quelconque « cure miracle » mais une manière simple et efficace de modifier un comportement. Il peut se révéler utile ou nécessaire de vous faire accompagner par un bon éducateur / comportementaliste de votre région afin qu'il vous aide à établir un plan de modification du comportement en méthodes sans violence. Gardez à l'esprit que toute approche ou technique doit toujours laisser au chien une « échappatoire » en cas de peur ou de confusion. Aucun apprentissage ne peut se faire dans la crainte ou la contrainte, chez aucun être vivant.

### Qu'est donc le jeu des « Sprinkles »™ ?

Très simplement, il s'agit « saupoudrer » le sol de minuscules morceaux de nourriture humide (voir plus bas pour les exemples) sur une vaste zone herbeuse **et à l'insu de votre chien (il ne doit pas vous voir le faire)**. Vous le laisserez ensuite s'occuper, aussi longtemps qu'il le désire, à rechercher les « Sprinkles » (minuscules fragments d'aliments) disséminés au sol. Ceux-ci déposent des molécules d'odeur même après avoir été mangés. Vous ne donnerez pas d'ordre (ou de signal), vous n'inciterez pas votre chien à agir et vous n'interromprez pas sa recherche. Le travail sur les « Sprinkles » fatigue votre chien mentalement, satisfait ses besoins instinctifs d'occupation, augmente sa confiance en ses propres compétences et favorise un sommeil profond et réparateur. Tous ces bénéfices conjointement contribuent à diminuer le niveau d'un stress chronique.

### Ce que les « Sprinkles » ne sont pas...

Le concept du « Sprinkles » n'a rien à voir avec l'acte de jeter de la nourriture au sol pour momentanément distraire un chien d'un quelconque élément déclencheur et monopoliser son attention sur une courte durée.

Voir le propriétaire jeter de la nourriture au sol peut représenter un signal trop excitant pour certains chiens – les plongeant ainsi dans l’acharnement à trouver ces morceaux de nourriture, tout en surveillant leur humain, afin de ne pas rater une ou des possibles distributions successives. Cette montée en l’excitation peut exacerber certaines craintes ou frustrations et donc se révéler moins efficace que prévu. Le travail avec les « Sprinkles », judicieusement introduit et géré, peut aussi servir à distraire les chiens ; toutefois il existe des différences subtiles mais bien réelles (voir « Distraction / Stop d’urgence » à la fin de cet article).

Les aliments secs et industriels présentent très peu, voir pas du tout, de molécules odorantes résiduelles et, dès lors, raccourcissent considérablement la durée de la quête et n’encouragent pas votre chien à chercher encore. Plus le chien passe de temps le nez au sol, plus il sera calme, relaxé et mentalement fatigué ; ce qui finira par promouvoir un sommeil profond et donc réparateur.

Un point fondamental est le choix de la zone de travail. Jeter de la nourriture au sol en différents endroits et/ou contextes peut se révéler perturbant pour le chien, tout particulièrement pour ceux qui ont des peurs et des frustrations à dépasser. Le travail des « Sprinkles » opte pour le choix d’une « zone de travail » bien définie, ce qui aura tendance à rassurer le chien qui sera rapidement capable de l’identifier. La prédictibilité et le plaisir de ce travail favorisent également le calme et la relaxation. Après un certain nombre de séances « Sprinkles », cette occupation peut être transférée à d’autres contextes et circonstances (voir les suggestions à ce sujet à la fin de l’article).

## **LES DIFFERENTS BIENFAITS DE LA TECHNIQUE « SPRINKLES »**

### **Il s’agit d’un comportement naturel**

Sprinkles permet à votre chien de faire usage de son extraordinaire capacité à renifler et à trouver de la nourriture appétente peu visible. C’est une forme de recherche structurée qui prend forme dans des lieux spécifiques connus : les « zones Sprinkles »

### **C’est amusant, motivant pour le chien et offre une alternative au besoin de dépense physique**

Chaque fois que votre chien trouve un « Sprinkle », la récompense de son comportement de recherche est instantanée. Quand toute la nourriture semble avoir été trouvée déjà, bon nombre de molécules odorantes restent dans l’herbe, continuant à alimenter la détermination du chien à chercher encore, une détermination souvent récompensée par un dernier petit morceau. Les « zones Sprinkles » peuvent maintenir des odeurs alléchantes, emprisonnées dans les brins d’herbe, pendant des semaines durant, ce qui va déclencher rapidement une « mise au travail » lors d’une séquence consécutive.

### **Votre chien gagne en confiance**

Puisque la technique n’implique aucune interaction ou intervention de l’humain, votre chien a tout loisir de travailler à son propre rythme et manière. Personne ne sera là pour l’informer qu’il a fait « juste » ou « faux ». Chaque succès renforce le comportement et motive le

suivant.

### **«Travailler » dans une zone précise**

La recherche des Sprinkles se fait dans un lieu spécifique (ou plusieurs), créant une association entre cet endroit et son activité.

### **Le travail des « Sprinkles » favorise l'apparition d'associations positives puissantes et calmes**

Il est précieux dans certains contextes : en présence d'inconnus, d'autres chiens, d'un environnement particulier, lors d'un déménagement, d'une adoption, pour aborder l'anxiété de séparation, en pension, comme distraction (voir « des idées Sprinkles » en fin d'article).

### **Il favorise un sommeil profond et réparateur**

Le sommeil permet au corps de guérir et de se ressourcer. Les facteurs de stress (comme une dépense physique trop importante, l'absence complète de choix ou un environnement qu'on ne contrôle pas) peuvent faire en sorte que le niveau d'adrénaline du chien reste perpétuellement trop élevé – ce qui peut finir par perturber la qualité du sommeil et influencer négativement son action régénérante.

### **Ce travail demande plus d'énergie qu'une heure de promenade.**

Il représente donc une alternative idéale pour les chiens qui ne peuvent plus être promenés suffisamment pour une quelconque raison (handicap, convalescence, chaleurs, etc.).

### **Il apporte une nouveauté bienvenue aux papilles gustatives parfois négligées chez le chien**

Bien des chiens ont un régime particulièrement limité sur le plan purement gustatif ; ils ne connaissent qu'un aliment pendant des mois, voir des années. La recherche des « Sprinkles » apporte deux récompenses sensorielles à la fois (olfactive et gustative) et donc procure un double renforcement qui, à son tour, construit la motivation et alimente la confiance en soi.

### **Il n'est pas nécessaire que votre chien soit un athlète**

C'est un exercice mental idéal pour les jeunes chiens, ceux qui présentent un handicap physique, les convalescents et les chiens plus âgés qui ne sont plus capables de fournir un effort physique intense.

## **Ce travail aide votre chien à se calmer et – en conséquence – à mieux se focaliser et se concentrer**

Le stress chronique peut rendre la concentration ardue. L'état émotionnel du chien qui est en vigilance perpétuelle, qu'elle s'exprime par l'agression ou la fuite, limite inévitablement sa capacité à se focaliser. L'apprentissage de la recherche des Sprinkles peut faire baisser ce stress et donc contribuer à construire la capacité d'un chien à se recentrer, tout comme nous prendrions une inspiration profonde avant d'attaquer une quelconque tâche. Une séance de « Sprinkles » juste avant une activité nécessitant cette concentration, telle que l'obéissance, l'agility, l'obé-rythmée ou autre, lui sera d'un grand secours.

### **COMMENT COMMENCER ?**

#### **et où commencer ?**

Choisissez un quelconque endroit calme, tranquille et offrant une étendue suffisante d'herbe. Idéalement, vous devriez pouvoir y laisser votre chien seul et détaché : la plupart des propriétaires débutent dans leur propre jardin qui porte son propre historique de sécurité au chien. Si toutefois vous n'avez pas accès à une zone d'herbe sécurisée, optez pour un endroit calme et retiré dans un parc proche de votre domicile, dans un champ, dans le jardin d'amis ou de voisins, s'ils vous le permettent. Veillez à toujours disséminer vos « Sprinkles » sur une étendue aussi vaste que possible et résistez à la tentation de tout déverser au même endroit.

Si le climat de votre région est aride et sec et offre peu d'herbe disponible, vous devrez choisir une autre surface de travail. Le sable, les gravillons ne représentent pas des options optimales puisque la présence de nourriture humide collée peut favoriser l'ingestion d'éléments non comestibles. En alternative à l'herbe, on peut envisager un lit de paille, de l'herbe artificielle, un tapis épais suffisamment grand ou encore des lambeaux de papier si l'exercice doit se passer à l'intérieur.

Une herbe fraîchement tondue est également peu adaptée : elle facilite excessivement le travail du chien et il s'en émane une odeur particulière très forte qui pourrait décourager les plus novices d'entre eux.

Une herbe très haute peut également rendre la recherche inutilement laborieuse : les molécules odorantes restent sur le haut des tiges alors que les morceaux sont au sol. Il est tout à fait possible de travailler dans des hautes herbes mais il n'est pas judicieux de débiter par là avec un chien encore inexpérimenté.

Faites également très attention aux herbes qui ont germé – les graines, les épis pourraient s'infiltrer dans les oreilles, ou la truffe, de votre chien totalement monopolisé par son activité d'intense reniflage.

Prenez garde aux sols en décomposition et/ou présentant des moisissures : votre chien pourrait en ingérer accidentellement.

Renseignez-vous afin de vous assurer que votre « zone Sprinkles » n'a pas été traitée chimiquement contre les mauvaises herbes par une substance toxique.

Si votre jardin est habité par les limaces et les escargots, vous devez savoir que ces bestioles peuvent transmettre un ver particulier au chien, par ingestion ou même seulement en léchant leurs traces gluantes. Ne laissez donc pas traîner des « restes » de Sprinkles d'une séance à une autre, veillez à laisser à votre chien tout le temps dont il a besoin pour récupérer la totalité des Sprinkles disséminés – outre à répondre au plaisir du chien, cela vous évitera d'attirer d'autres bêtes dans votre jardin.

## **UNE ZONE « DE TRAVAIL » SPECIFIQUE VOUS EVITERA D'AVOIR UN CHIEN QUI TENTE DE CHERCHER UN PEU PARTOUT**

Les chiens ont une conscience forte de l'environnement et, en phase d'apprentissage, un comportement récompensé se répétera d'autant plus facilement si l'endroit est toujours le même. Avec le temps, il vous sera possible de disséminer vos « Sprinkles » dans plusieurs endroits différents mais, au début, **il est vivement recommandé de le faire précisément et systématiquement au même endroit.** C'est évidemment plus facile si votre « zone Sprinkles » se trouve dans votre jardin personnel. La tâche devient plus complexe si vous devez marcher – ou conduire – pour vous y rendre. Assurez-vous que votre « travail Sprinkle » se passe dans le même identique coin de champ, partie de parc, de promenade ou autre. Cet endroit précis devient alors la zone de travail de votre chien et il se mettra à la recherche des ses Sprinkles uniquement dans cette zone. Si vous vous montrez brouillon dans la désignation de vos zones de travail, votre chien s'épuisera, et se découragera, en cherchant un peu partout, sans trouver la moindre récompense. Un autre bienfait de la « zone de travail » est, bien évidemment, qu'elle évite de voir le chien généraliser et donc se mettre à renifler dans des contextes moins opportuns.

## **L'EQUIPEMENT DONT VOUS AUREZ BESOIN SI VOTRE ZONE DE TRAVAIL N'EST PAS SECURISEE**

Si vous devez travailler dans un lieu non sécurisée, optez pour un harnais confortable et correctement ajusté et une longe d'environ 10 mètres. Bannissez la « laisse flexi » qui implique des tensions répétées qui peuvent distraire le chien. N'attachez pas non plus votre longe à un collier : outre à gêner le chien, s'il devait vous surprendre par un départ en course, il pourrait se blesser.

## **PRESENCE HUMAINE OU PAS ?**

Si vous travaillez vos Sprinkles dans un lieu sécurisé et avec un chien détaché, votre présence n'est pas nécessaire dès lors que le chien se sera mis « au travail » ; au contraire, elle apporte une distraction inutile. Certains chiens peu sûrs d'eux peuvent être rassurés par la présence d'un humain à leurs débuts, mais, une fois complètement absorbés par leur quête, ils n'y feront rapidement plus cas. **(Une mise en garde : trop de chiens sont volés dans les jardins – si vous estimez que cela peut arriver chez vous, nous vous suggérons évidemment de vous placer là où vous pourrez garder un œil sur votre chien mais aussi loin de lui que possible).**

**N'INCITEZ PAS VOTRE CHIEN À ENTREPRENDRE QUOI QUE CE SOIT ET EVITEZ DE LE DISTRAIRE – LAISSEZ-LE SE CONCENTRER ET TRAVAILLER DE MANIERE AUTONOME.**

Si vous travaillez dans un lieu non sécurisé, vous devrez tenir le bout d'une longe, qui doit rester parfaitement détendue en tout temps. Soyez vigilant lors de votre première séance, vu que le chien n'a encore aucune notion du plaisir que celle-ci va lui procurer. Vous devrez probablement rester sur place entre 20 et 30 minutes, je suggère donc de vous équiper du matériel nécessaire afin d'écouter votre musique préférée, afin de pouvoir surveiller votre chien sans vous impatienter.

## QUELLE NOURRITURE UTILISER ?

Il y a plusieurs facteurs à considérer à ce sujet :

**LA TAILLE DES MORCEAUX EST IMPORTANTE.** Si vos morceaux sont trop grands, ils seront à la fois trop faciles à trouver et procureront un état de satiété trop rapide qui n'est pas propice à une longue recherche. On peut défaire des morceaux de poisson en boîte en de minuscules « flocons » ou encore utiliser une viande ultra cuite qui va aisément se défaire en très petits filaments, de la viande hachée finement, un reste de fromage râpé, de minuscules morceaux de foie, de jambon, d'agneau, de giber, canard, lapin ou encore des saucisses. Les ciseaux multi-lames destinés à couper les herbes aromatiques vous seront utiles.

## DES MORCEAUX HUMIDES OU SECS?

Les aliments humides sont préférables afin que les molécules odorantes qu'ils apportent restent présentes sur les brins d'herbe même après avoir été trouvés et mangés. De cette manière, le chien retournera encore et encore vérifier au même endroit que la moindre particule de nourriture n'a pas été oubliée. Certaines personnes mélangent la ration de croquettes du chien à une nourriture humide (comme des morceaux de poisson en boîte) pour les rendre plus odorantes et en faire des « Sprinkles ».

## LA VARIETE ET LA QUALITE COMPTENT



Si on n'utilise qu'un seul aliment, le chien peut finir par se lasser, s'ennuyer et trouver toute l'activité finalement trop monotone. Si les aliments au sol sont quelque chose d'habituel, voir quotidien, pour le chien – ce n'est pas très excitant non plus. Nous vous recommandons de vous constituer des réserves de « goûts mélangés » pour vos futures séances. Il vous faudra congeler vos réserves à plat, de manière à obtenir une congélation par morceau et, ensuite, placer le tout dans sac au congélateur. Vous pouvez également ajouter les restes de votre repas à votre mélange, afin de le rendre encore plus intéressant. Gardez à disposition une réserve adéquate décongelée dans votre frigo afin de pouvoir prévoir une future séance.

Evitez de vous mettre à préparer vos réserves juste avant de vous rendre au jardin pour votre séance Sprinkles. Cette façon de faire informerait clairement votre chien de ce qui se prépare et favoriserait chez lui une montée d'excitation, et donc d'adrénaline, peu propice au calme et qui irait donc à l'encontre du but recherché.

## LA QUANTITE

Le premier critère est évidemment la taille de votre chien. Toutefois, si vous éparpillez trop peu de Sprinkles, votre chien abandonnera sa recherche rapidement et, si vous en éparpillez trop, il pourrait prendre du poids, si vos séances sont nombreuses. Commencez par une ou deux cuillères de nourriture (la taille de la cuillère sera en relation avec celle du chien), le tout disséminé sur une surface aussi grande que possible ; vous verrez ensuite combien de temps votre chien met à se fatiguer de cette activité.

## L'ETAT DE SANTE DE VOTRE CHIEN

A vous, évidemment, de considérer les particularités de votre chien (allergies, pancréatite, obésité, autre) et d'adapter en conséquence vos séances Sprinkles. Toutefois, les chiens sont dans un tel état de concentration – et les quantités de nourriture sont tellement minimes – que cela ne devrait pas poser un problème (*ndt : liste d'aliments nocifs au chien dans l'article original – non traduite*).

## COMMENT METTRE EN PLACE UNE SEANCE SPRINKLES ?

### Dans votre jardin et sur herbe

1. Veillez à distraire votre chien afin qu'il ne vous voie pas préparer et porter vos Sprinkles à l'extérieur.
2. Vérifiez l'herbe pour vous assurer qu'il n'y a pas de crottes au sol, pas de limaces ni d'escargots, pas de jouets d'enfant qui pourraient être ingérés par mégarde.
3. Assurez-vous d'avoir à disposition de minuscules morceaux de différents aliments humides **et dispersez-les sur une surface aussi grande que possible**. Evitez les allées et les zones « en dur » afin que les morceaux ne soient pas trop visibles, évitez également les parterres de fleurs afin de ne pas encourager votre chien à aller creuser là dedans à la recherche d'un morceau de friandise.
4. Revenez à l'intérieur et, selon l'état d'excitation de votre chien, laissez-le aller au jardin ou concédez-vous une pause café avant de le faire.

**Récompensez le calme à travers votre séance Sprinkles.** La colère et les manifestations de frustration n'ont pas à être récompensées par l'ouverture de la porte. Asseyez-vous si nécessaire (regardez la télévision ou occupez-vous comme vous le souhaitez) et ouvrez la porte uniquement quand votre chien est calme et détendu.



### **Si vous devez marcher ou prendre la voiture pour vous rendre à votre zone Sprinkles.**

Essayez de vous donner des repères qui vous aideront à identifier votre zone Sprinkles sans aucun doute possible lors de vos passages suivants. A titre d'exemple : le coin d'un champ, derrière un buisson ou un arbre spécifique, à côté d'un banc isolé dans un parc citadin, la partie en herbe d'un parking tranquille, etc. Selon la distance que vous avez à parcourir et le temps dont vous disposez, voilà comment débiter votre séance:

1. Demandez à un membre de votre famille ou un ami d'aller à votre zone Sprinkles et de disseminer les Sprinkles humides à cet endroit spécifique, sur une surface aussi vaste que possible. Quand la personne sera de retour, vous vous rendez à la zone Sprinkles avec le chien.
2. Rendez-vous à l'endroit choisi, laissez votre chien en voiture (**un rappel important sur les risques que représente le fait de laisser un chien seul en voiture : je ne recommande évidemment cette option que si des conditions optimales – ombre, température, sécurité, ventilation et boisson – sont remplies**) et allez disseminer vos Sprinkles hors de la vue de votre chien, puis retournez le chercher.
3. Si aucune de ces alternatives ne s'applique à votre cas, marchez jusqu'à votre zone Sprinkles. Distrayez le chien pendant que vous répandez vos Sprinkles sur une surface aussi grande que possible. Ce n'est pas la fin du monde s'il vous voit disseminer les morceaux de friandises mais cela rend la concentration plus difficile à atteindre puisqu'il risque ensuite de vous surveiller continuellement du coin de l'œil pour s'assurer de ne pas rater une deuxième distribution.

Quelle que soit l'option que vous choisirez, rappelez-vous que votre chien doit porter un harnais confortable et être attaché à une longe si l'endroit n'est pas sécurisé. Restez debout (ou asseyez-vous) tranquillement pendant que votre chien travaille. Laissez-lui assez de longueur de longe ; elle doit toujours rester détendue, lui permettant une exploration extensive de toute cette zone fascinante.

### **TERMINER UNE SESSION SPRINKLES**

Le temps est le facteur clef. Autorisez votre chien à employer tout le temps dont il aura besoin afin d'explorer sa zone Sprinkles. Certains chiens travailleront pendant 20 ou 30 minutes, d'autres vont être fatigués plus rapidement et arrêteront après 10 ou 15 minutes. Cette durée de travail est influencée évidemment par l'âge du chien, sa santé physique et mentale, son désir de travailler, son expérience, etc. Par une observation attentive de votre chien, vous apprendrez rapidement à reconnaître les signaux qui vous informeront qu'il en a assez et que, en le rappelant vers vous, vous avez toutes vos chances de le voir vous écouter. S'il ne répond pas à votre sollicitation à revenir, il est fort probable que vous ne lui avez pas laissé assez de temps. Laissez-le travailler encore 5 à 10 minutes puis éloignez-vous calmement, en tenant la longe.

### **LES RAISONS QUI FONT QU'UN CHIEN PEUT NE PAS S'INTERESSER A LA SEANCE SPRINKLES**

Si, après 5 ou 10 minutes, votre chien ne semble pas vouloir s'intéresser à vos Sprinkles, n'en faites pas toute une affaire. Cet état de fait vous donne l'opportunité de réfléchir aux éléments de résolution du problème.

**Le stress :** l'incapacité de renifler et de chercher peut être un symptôme de stress. Observez attentivement votre chien afin de déterminer si quelque chose en particulier constitue un facteur de stress pour lui. Essayez de trouver comment gérer l'environnement afin de réduire / éliminer ces facteurs de stress (*ndt : des suggestions sont données dans le*

*lien original de l'article sous « Stress solutions ») et essayez de répéter votre séance Sprinkles un autre jour. Si vous avez besoin d'aide ou de conseils à ce sujet, je vous conseille de demander à votre vétérinaire le nom d'un bon éducateur comportementaliste de votre région. Il est nécessaire d'évaluer les chiens dans leur environnement quotidien afin de les observer quand ils sont calmes et détendus, puis de les évaluer en situation potentiellement stressante.*

**Un manque d'appétit :** il se peut que votre chien n'ait tout simplement pas faim ou qu'il n'aime pas les Sprinkles que vous avez choisis. Essayez un autre jour, à une heure différente (idéalement avant son repas) et/ou envisagez d'utiliser un autre type de nourriture. Considérez aussi la possibilité de réduire légèrement la ration usuelle de votre chien et référez-vous à votre vétérinaire pour définir le poids idéal de votre compagnon.

**Une mauvaise association :** certains chiens auront hélas construit une mauvaise association avec la nourriture (par exemple, les chiens qu'on aura vertement grondés pour avoir volé de la nourriture dans le passé) ou avec des endroits spécifiques. Avez-vous, dans votre maison, un autre chien qui garde ses ressources ? Votre chien peut être inhibé par le fait de s'approprier de la nourriture sur le « territoire » de l'autre. Si vous suspectez que cela pourrait être le cas de votre chien, mettez-vous à la recherche d'un endroit neutre, sans historique de la présence de l'autre chien et faites en sorte de travailler vos séances Sprinkles en solo pendant une longue période, afin de reconstruire la confiance de votre chien.

**Une mauvaise santé :** les chiens peuvent parfois avoir mal sans que nous nous en rendions compte. Des douleurs musculaires au niveau du cou, des épaules ou du dos peuvent rendre l'acte de renifler le sol douloureux ou peu confortable. L'arthrite et les rhumatismes peuvent également empêcher un reniflage intensif. Vérifiez avec votre vétérinaire que votre chien est en bonne santé et considérez de le montrer à un ostéopathe. L'hydrothérapie peut également être une option intéressante : elle procure un exercice physique propice à la détente musculaire sans solliciter ni fatiguer les articulations.

**La présence de l'humain :** certains chiens surentraînés et très contrôlés peuvent ne plus savoir fonctionner de manière autonome et ne pas savoir travailler sans avoir reçu un ordre au préalable. Si vous pensez que cela pourrait être le cas de votre chien, il est important de le laisser tranquille afin qu'il comprenne qu'il est libre de faire ce que bon lui semble. Si ce n'est pas possible en raison de votre présence au bout de la longe (en zone non sécurisée), essayez de vous asseoir ou de vous tenir debout sans bouger, sans contact visuel avec votre chien et sans donner de signal (ordre) verbal ou visuel (ce qui peut se révéler difficile pour certains humains et certains chiens).

## **VOUS AVEZ PLUS D'UN SEUL CHIEN ? DEBUTEZ PAR DES SEANCES SPRINKLES EN SOLO**

Si vous avez plus d'un chien à la maison, assurez-vous que chaque chien ait l'opportunité de profiter de sa propre séance Sprinkles individuelle (il faudra évidemment rafraîchir la zone dévolue à cet effet par un nouveau « saupoudrage » de friandises). Travailler en « solo », permettra au chien de bénéficier de séances tranquilles et de construire son propre historique personnel de confiance à travers sa réussite systématique.

Après une certaine période, il sera possible de lâcher les deux chiens pour une séance Sprinkle à deux, surtout si la zone à explorer permet à chacun de chercher ses propres Sprinkles sans empiéter sur l'espace de l'autre.

Des séances collectives mises en place trop rapidement, peuvent construire un historique de

stress, de compétition et alimenter une prédisposition à la garde des ressources qui ferait qu'un des chiens commence à redouter de travailler à côté de l'autre.

Apprenez d'abord à votre chien à travailler en solo – quelques semaines plus tard on peut envisager de faire travailler deux chiens l'un à côté de l'autre.



### La protection des ressources

Si votre chien montre un penchant à garder ses ressources (alimentaires, jouets, etc.) – je vous suggère de débiter par des séances individuelles de Sprinkles **qui n'auront pas lieu dans votre jardin mais sur un territoire « neutre »**. Vous pourrez demander à un ami s'il / elle est d'accord de mettre son jardin à votre disposition pour vos séances, une fois avec un de vos chiens, une fois avec un autre.

Cela évitera que l'un ou l'autre ne se préoccupe de qui est le légitime propriétaire des friandises, tout en reniflant la précédente présence de l'autre (ou des autres) chien(s). Il développera ainsi une association calme et positive. Si tout procède bien, vous pourrez transférer votre travail dans le coin d'un champ ou d'un parc.

A terme, vous pourrez mettre en place vos séances Sprinkles dans votre propre jardin (toujours en solo pendant un certain temps évidemment) et, ensuite, introduire un autre de vos chiens. **Gardez toutefois à l'esprit que la notion d'espace est critique** : chaque chien doit avoir assez de place pour explorer sereinement sans avoir à empiéter sur l'espace de l'autre. Vous devez aussi avoir une réelle abondance de Sprinkles au sol afin de débiter toute nécessité de « garder » des ressources qui sont abondantes. Dans le doute, je vous conseille de continuer à pratiquer vos séances Sprinkles avec un seul chien à la fois.

### LES SEANCES SPRINKLES : QUAND ET A QUELLE FREQUENCE?

Votre chien ne doit pas être fatigué ni repu. Le moment idéal pour une séance Sprinkles c'est le matin, dans votre jardin, pendant que vous-même prenez votre petit déjeuner. Ensuite, si nécessaire, emmenez votre chien en balade mais raccourcissez celle-ci par rapport à sa durée normale – vous constaterez que bien des chiens n'ont pas vraiment envie d'aller promener après une séance tant ils sont épuisés. La fréquence de ces séances dépend largement des besoins physiques et intellectuels de votre chien. Je recommande de débiter avec une séance un jour sur deux ou 2-3 fois par semaine et de voir comment votre chien réagit. Une séance Sprinkles quotidienne peut se révéler excessive pour le chien moyen ; elle risque également de perdre de sa valeur et de son intérêt si trop fréquente.

## EN QUOI LE TRAVAIL DES SPRINKLES PEUT VOUS AIDER ?

Une fois que votre chien et vous serez tous deux tout à fait à l'aise avec le concept des Sprinkles, vous pourrez définir des « zones de travail » spécifiques sur votre promenade habituelle.

Quelques suggestions sur l'utilité des séances dans certaines situations :

### LE CHIEN QUI RESTE SEUL A LA MAISON

Les « Sprinkles » procurent un défi et une fatigue mentale sans solliciter un effort physique (qui fait monter l'adrénaline) : c'est donc un exercice idéal à envisager avant de laisser votre chien seul à la maison pendant quelques heures. La tranquillité et le calme qui va régner à l'intérieur en votre absence donne à votre chien la possibilité de dormir profondément sans avoir à subir les distractions imprévues de la présence de sa famille humaine.

Certains dog sitters, ou promeneurs de chiens, font une demi heure de Sprinkles quand ils vont rendre visite aux chiens de leurs clients. Ces chiens tirent un grand bénéfice de la concentration tranquille que leur procure ce « travail » qui vient rompre la monotonie de longues heures de solitude, sans provoquer une montée d'adrénaline qui rendrait le départ du visiteur encore plus difficile à gérer.



### A LA FIN D'UNE PERIODE DE LIBERTE (PROMENADE)

Si votre chien se montre généralement hésitant à revenir vers vous (tout particulièrement à la fin d'une balade quand il sait qu'il va devoir quitter un environnement intéressant), pratiquez une séance dans une zone Sprinkles tranquille et sécurisée près du parking où se trouve votre voiture. Gardez à l'esprit que vous devrez mettre votre chien en harnais et en longe, ce qui, à la longue, deviendra le signal du début d'une séance Sprinkles dans une « zone de travail ».

1. Pour commencer, amenez votre chien directement à la « Zone Sprinkles » sans passer par la case « promenade » pour y arriver.
2. Lors de votre prochaine visite, **effectuez la dernière partie de votre promenade usuelle en premier** (back chaining) et rendez-vous à la zone Sprinkles (approchez la zone de la même manière et dans la même direction à chaque visite).

3. Après un certain nombre de répétitions, vous pourrez interrompre votre balade environ à la moitié de celle-ci, faire demi-tour et vous rendre à la zone Sprinkles (comme à l'étape 2).
4. Finalement, vous effectuerez tout le chemin de votre balade et vous verrez votre chien anticiper l'arrivée à la zone Sprinkles – il sera impatient que vous lui mettiez son harnais et/ou sa longe afin d'être autorisé à travailler.

Si un malheureux jour vous deviez perdre votre chien pendant une telle promenade, je peux presque vous garantir que vous le trouverez en train de vous attendre à sa zone Sprinkles, impatient d'être attaché à sa longe.

### **STOP D'URGENCE / DISTRACTION – EN CAS DE PEUR OU DE FRUSTRATION VIS-A-VIS DES HUMAINS ET DES CHIENS INCONNUS**

Sur un chien craintif ou frustré, le travail Sprinkles peut se révéler utile sans apporter toutes les solutions à lui seul. Il existe un nombre considérable d'exercices qui aident le chien à dépasser ses craintes. Adressez-vous à un comportementaliste expérimenté et qualifié pour obtenir plus d'informations à ce sujet. Assurez-vous de ne jamais mettre votre chien dans un contexte « sans issue » et qu'il n'est jamais soumis à des stimulations intolérables.

Avec ce type de chien, vous avez la possibilité de créer une « zone Sprinkles » juste derrière vous. Votre corps fera office de barrière de sécurité et les Sprinkles monopoliseront l'attention de votre chien en lui procurant une activité qu'il affectionne. Par ailleurs, un chien qui renifle le sol envoie un message apaisant qui peut contribuer à ce que la situation ne dégénère pas.

1. Gardez une dose de minuscules Sprinkles à disposition dans une boîte hermétique, de manière à ce que votre chien ne sache pas si vous avez des friandises avec vous ou non.
2. Jetez une quantité raisonnable de Sprinkles derrière vous et dites, calmement mais d'une voix décidée, en faisant face à ce qui préoccupe votre chien « merci de ne pas vous approcher » (si le chien a peur des gens) ou « merci de rappeler votre chien » (si votre chien a peur de ses congénères). Rapidement, votre chien fera l'association entre le fait de vous voir vous tourner et prononcer ces paroles et l'opportunité de jouer à chercher des Sprinkles juste derrière vous. Certaines personnes vont jusqu'à dire « mon chien est contagieux », ce qui peut sembler un peu extrême, mais motive l'autre propriétaire à récupérer rapidement son propre chien afin de s'éviter une visite vétérinaire ! Et, en réalité, vous ne mentez pas vraiment : la peur est effectivement contagieuse. Si votre chien montre qu'il a peur, il va rapidement susciter une suspicion chez un congénère.
3. Entraînez-vous d'abord dans votre jardin, en toute sécurité. Ensuite, passez à des endroits sûrs et bien éloignés de ce qui pourrait faire réagir votre chien. Avec le temps, vous pourrez, peu à peu, réduire cette distance avant de proposer à votre chien la solution de jouer aux Sprinkles à l'abri derrière vous.

Avec le temps, votre chien va construire de bonnes associations et, ce qui lui faisait peur autrefois, se transforme en une opportunité plaisante et enrichissante de s'occuper mentalement et agréablement. Gardez à l'esprit que, si votre chien trouve de manière spontanée quelque chose d'intéressant à renifler, vous n'aurez pas à lui proposer vos Sprinkles : laissez-le faire. Votre chien peut apprendre, avec le temps, à recourir au reniflage du sol dans certaines situations difficiles, une compétence précieuse dans l'évitement du

conflit.

## **REFUGES ET SPA**

Il n'est pas facile de diminuer le stress des chiens qui ont à faire face au traumatisme de la perte d'une famille ou d'un environnement connu. Les bénévoles, souvent sollicités pour promener les chiens, peuvent fournir à ces chiens une dimension supplémentaire de calme autre que la promenade.

1. Choisissez un banc dans un coin tranquille du refuge. Une chaise fera également l'affaire évidemment mais, le propre d'une chaise, c'est qu'elle peut être déplacée. Les bancs sont généralement fixes et donc apportent un signal environnemental immuable qui n'échappe pas au chien.
2. Il serait idéal d'avoir de l'herbe à proximité du banc (j'ai eu l'occasion de voir une petite zone de mauvaises herbes faire parfaitement l'affaire dans un refuge citoyen).
3. Le bénévole dissémine ses Sprinkles autour du banc et s'assied tranquillement, lit un livre ou écoute de la musique.
4. Un employé du refuge, ou un autre bénévole, amène le chien en longe et harnais et donne calmement celle-ci au bénévole pour qu'il la tienne. Ils s'éloignent, de manière à ne pas distraire le chien par leur présence.
5. Le chien identifie la zone comme une « zone de travail » ou « zone Sprinkles » et débute sa quête calmement. Il n'a pas à interagir avec le bénévole.

Après un certain nombre de répétitions calmes et de récompenses Sprinkles, le chien commence à associer les inconnus à l'arrivée de quelque chose de plaisant et rassurant. Les chiens débutent parfois à ce stade une interaction avec les humains et tirent un bénéfice de ce contexte amical et tranquille.

Ces zones Sprinkles représentent également des opportunités fabuleuses pour les rencontres entre les nouveaux propriétaires et les chiens du refuge – en dehors de leur box, avec la possibilité de s'éloigner de toute la longueur de la longe s'ils le désirent.

Si le chien et l'humain finissent par se choisir et devaient repartir ensemble, ce même exercice de « s'asseoir calmement + zone Sprinkles » peut être transféré à leur jardin ou à un parc proche de leur domicile, etc. Les premiers critères peuvent progressivement disparaître (humain assis) et les autres zones Sprinkles pourront être choisies sur d'autres critères.

## **CE TRAVAIL CONSTRUIT LA CONFIANCE MUTUELLE**

Les Sprinkles sont également utilisés par les comportementalistes et les employés de refuge afin de construire une relation de confiance et de calme avec un chien anxieux. Les Sprinkles peuvent être disséminés au sol pendant que le chien est à distance. L'humain se retire ensuite et laisse le chien examiner le sol. Avec le temps et au fil des répétitions, le chien arrive à construire un historique de confiance apte à l'aider dans une interaction. En définitive, le chien anciennement crantif arrivera à prendre la nourriture de la main de l'humain ou travailler sur « la boîte de friandises » (*ndt : voir « Special Treat Box » dans l'article original*).

## IL FAVORISE L'APPARITION D'UN LANGAGE CANIN « POLI »

Gardez à l'esprit que ces séances « rencontre » sont extrêmement fatigantes pour les chiens et ne devraient pas se prolonger plus de 5 ou 10 minutes (cela dépend évidemment de l'historique individuel de chaque chien et de son niveau de stress pendant une séance spécifique).

1. Deux chiens peuvent être tranquillement mis en présence l'un de l'autre à chaque extrémité d'un champ suffisamment vaste et où on aura pris le soin de placer des Sprinkles à chaque extrémité, avec quelques Sprinkles au milieu. S'il existe des « barrières naturelles », comme des buissons ou des arbres, c'est bien mais ce n'est pas essentiel si l'espace est assez grand pour n'inquiéter personne. Les chiens doivent être conscients qu'ils peuvent quitter les lieux par des issues distinctes ou qu'ils ont accès au véhicule du propriétaire laissé ouvert dans ce but aux alentours du champ.
2. Les deux chiens devront tous deux porter un harnais confortable et être attachés à une longue détendue: ils seront tous deux tenus par leur propriétaire respectif.
3. Même si les chiens vous apparaîtront exclusivement concentrés sur leur recherche personnelle des Sprinkles, ils seront parfaitement conscients de la présence de l'autre. Leur expression corporelle, leur reniflage intensif, vont ressembler fortement à un langage canin naturellement « poli ».

La marche en arc-de-cercle, le fait de laisser de l'espace à l'autre ainsi que le temps d'appréhender la situation et évaluer les émotions de l'autre, l'absence de mouvements brusques et d'une tension du corps sont autant d'éléments qui contribuent à une cohabitation momentanée et calme.

Assurez-vous que la distance entre les deux chiens reste suffisante. Il est de loin préférable de pêcher par excès de prudence que de précipiter un rapprochement et voir la peur ou la colère faire leur apparition.

Il n'existe pas d'opportunité de protection des ressources si le champ est suffisamment vaste et les Sprinkles sont abondants et bien éparpillés.

Après quelques semaines de répétitions, la majorité des chiens est capable de travailler pacifiquement sans longe (si, évidemment, le champ est sécurisé et qu'il ne présente pas d'autre danger) et seront parfaitement à l'aise en présence de leur « collègue ».

Au fil du temps, on pourra envisager de nouvelles zones Sprinkles et entreprendre des promenades tranquilles en compagnie de l'autre chien. Assurez-vous que les deux chiens aient toujours la possibilité de mettre de la distance entre eux s'ils le souhaitent et ne travaillez pas avec une laisse courte et tendue (je vous conseille de visionner la vidéo de Grisha Stewart au sujet de l'utilisation de la longe).

<https://www.youtube.com/watch?v=vQB7M2EaeN4>

## **LORS D'UN DEMENAGEMENT**

A l'occasion d'un déménagement à venir, un de mes clients a décidé d'entreprendre un travail Sprinkles dans le jardin de la nouvelle maison avant leur emménagement effectif. Il s'y est rendu, avec la permission du précédent propriétaire, 3 à 4 fois avant leur arrivée.

Le jour du déménagement, le chien a couru directement au jardin et a débuté une longue séance de Sprinkles indifférent à l'agitation régnant pourtant dans la maison. Pendant les jours qui ont suivi, aussitôt que le chien paraissait submergé par la nouveauté, il se rendait spontanément au jardin et arrivait à se détendre.

## **UNE INTRODUCTION AU CHENIL**

Les bons chenils modernes autorisent souvent leurs futurs clients à visiter les lieux et à tenir une séance de Sprinkles dans la zone de détente. Quelques séances de ce type, permettront au chien de se sentir chez soi pendant un séjour au chenil, réduisant ainsi considérablement le stress occasionné par l'absence de sa famille humaine.



## **LES CHIOTS**

Les chiots adorent les Sprinkles ! Leur curiosité naturelle et leur vif désir d'exploration font d'eux les meilleurs candidats possibles à cette activité. Ce travail les aide à prendre confiance en leurs propres compétences et capacités et favorise l'émergence d'émotions positives de sécurité et de satisfaction. Apprenez-leur à chercher leurs Sprinkles sur signal (visuel ou verbal) et vous aurez un chien « programmé » à vie !

## **CHIENS HANDICAPES, AGES, CHIENNES EN CHALEURS**

Le travail des Sprinkles ne demande aucune forme physique particulière. C'est un travail mental idéal qui peut être mené calmement et sous supervision dans votre jardin. Il est aussi possible d'organiser une séance tôt le matin, ou tard le soir, sur une surface d'herbe précédemment visitée par d'autres chiens. Il est évidemment préférable de débiter en l'absence de congénères (*ndt : voir également « Snuffle Garden Project » dans l'article original – suggérant d'autres idées simples pour occuper un chien*).



## EVITER LES VISITEURS OU LES OUVRIERS QUI N'AIMENT PAS LES CHIENS

Si votre chien se montre particulièrement envahissant quand vous recevez ou quand des ouvriers arrivent, il vous est possible d'utiliser votre travail Sprinkles pour le garder sereinement occupé pendant la durée de leur présence chez vous. Saupoudrez rapidement vos Sprinkles dans le jardin et laissez votre chien y accéder avant d'aller ouvrir la porte d'entrée. Quand son travail sera terminé, votre chien sera mentalement fatigué et aura dépensé assez d'énergie pour aller soit tranquillement se coucher ou, pour le moins, rester tranquille. Les chiens adoptent très rapidement et facilement des routines bien établies et vous constaterez que votre chien se dirigera spontanément vers le jardin quand il entendra la sonnette de la porte d'entrée.

Vous trouverez ci dessous des liens vers des vidéos de chiens occupés à leur séance Sprinkles

**Sam, un Border Collie adopté, quelques jours après son arrivée dans son nouveau foyer :** les Sprinkles représentent une aide véritable afin que le chien se sente en sécurité dans un nouveau jardin

<http://youtu.be/7SI7xhsXK08>

**Sam, à la recherche de ses Sprinkles à proximité d'un parking retiré.** Cette vidéo explique comment le jeu des Sprinkles aide les chiens craintifs à construire des associations sécurisantes et positives alors qu'ils sont entourés d'odeurs de chiens inconnus

<http://youtu.be/Qb-v-BHSOd4>

**Pye, aux Sprinkles (concentration).** Ce chien très énergique est capable de se focaliser et de se concentrer au début d'une séance Sprinkles

<http://youtu.be/2FcumyH-H6g>

**Pye, aux Sprinkles (trop fatigué).** Cette vidéo a été faite plus tard dans la même séance et montre la différence de concentration et un manque évident de focalisation. Nous vous recommandons de mettre un terme à votre séance Sprinkles avant que votre chien ne soit fatigué à ce point. <http://youtu.be/TGNLswuEcRM>