

先減壓，再學習

講狗狗之前，先講講自己的童年經歷:

小學時，我的「第一次零雞蛋」發生在三年級時的一次英文默書。沒錯，真的是零分！對一個八歲的三年級生的打擊可想而知！到了小學四至六年級一直有補習，好像是用了些死記硬背的方法吧，英文默書的成績勉強過得去。上了中學，再沒有了英文默書，以為可以脫身了。誰知道地理科的名詞竟然要學生串英文字?! 結果每次地理科考試測驗總是「未見官先打三十」，成績打個折扣。到了大學及碩士時期，英文用多了，串字及文法等也不再計算在評分之內，已經再沒有小時候對英文那種「原始恐懼」/「童年陰影」。

今天回想起這段經歷，加上累積了一定的犬隻訓練經過之後，發覺原來兩者有很多相似的地方！小學一年級時，那個年代老師仍然可以打手板，教育沒有講求甚麼「互動」、「趣味性」，至少在我的記憶中如是。我還記得那時那位中年的英文女老師十分嚴厲、常常板起口面，當時的我甚至覺得她有點兇狠！每天的英文堂總有串字的時間，萬一你被抽中了又串不出生字，便會得到懲罰 (+P)。結果有幾位同學 (包括我) 常常被懲罰 (+P)，久而久之，上英文堂便變成了「壓力」。一口咬定這位老師毀掉我的英文學習進度又未至於，但是我在小學的英文成績低下卻是事實。我先被生字嚇怕，再害怕上英文課，最後甚麼都學不到，當然啦，我不能學狗狗一樣「透過攻擊保護自己」去推翻教育制度只能默默接受，結果便引發一連串的惡性循環 (成績差，罰留堂，見家長，繼續害怕)... 這是一個小學一二年級學生的錯嗎？

情況就有如狗狗在壓力下無法學習，你的指令全都聽不進去，食物放在口邊都不吃一樣。日前教了一對門鈴、電話鈴聲、門外腳步聲極度緊張的芝娃娃小狗，最令人吃驚的是上一手 trainer 竟然對狗主說三歲基本上已「冇得教」。要在狗狗表現不佳時、用 choke chain chok、大聲吆喝、向狗狗噴水，還說了一大堆關於地位的理論，令狗主摸不著頭腦，不知道對聲響吠叫與地位有可關係。

我對狗主說了我這個「英文默書」的童年經歷，再將之代入:

- ~ 七歲的 Sunny Sir = 芝娃娃小狗
- ~ 英文女老師 = 狗主
- ~ 教育制度 = 上一手 trainer
- ~ 狗狗無法改變狗主的教法，最終只能以本能反應行事

可是，不像我，問題不會在「上大學」、「讀碩士」的時期便自動消失。如果繼續下去，只會令狗狗的行為問題更嚴重下去。我會建議狗主先找出壓力的成因及狗

狗的容忍值，然後再以行為學上的「去敏感法」一步步幫助狗狗面對壓力。待狗狗已有一定程度的進步，才製造機會給牠自行思考，重新學習甚麼行為才會得到獎賞。教好狗狗沒有「學期」之分，更不須要「趕課程」、更沒有「終期大考」。狗主的情況就有如砌 **Puzzle** 一樣，耐性與恆心是必須的。千萬要指望三年的壞習慣可以在三星期內解決，連「先減壓」都未做到，根基不穩又怎樣升班「再學習」呢？