

ANTONIO PUCCIO DOG TRAINER

Il metodo Full Immersion

Fondamenti scientifici di un intervento comportamentale
a immersione

Documento tecnico · Edizione 2026

Antonio Puccio — oltre dieci anni di lavoro sul campo

Parte I — Che cos'è la Full Immersion

1.1 Il formato

La Full Immersion è un intervento comportamentale strutturato che si svolge **a casa del cliente**, nell'ambiente in cui il problema si manifesta realmente.

Si articola in **due giornate consecutive**, ciascuna organizzata secondo lo stesso schema: tre ore di lavoro, pausa, tre ore di lavoro, pausa, due ore conclusive. Sedici ore complessive, distribuite in sei blocchi separati da intervalli di riposo e da una notte intera.

Al termine il cliente riceve un **protocollo scritto personalizzato** sul proprio caso e **sei mesi di supporto continuativo**.

1.2 Chi partecipa

Non solo il cane. Partecipano tutte le persone che vivono con lui e che intervengono nella sua gestione quotidiana. Un cane che riceve indicazioni coerenti da una persona e indicazioni opposte da un'altra non ha un problema di apprendimento: ha un problema di informazione.

1.3 Su cosa si lavora

Su ciò che accade davvero, nel momento in cui accade: il rientro a casa, il pasto, il campanello, l'uscita, la passeggiata, l'arrivo di un ospite, gli spostamenti tra le stanze, il momento del riposo.

Non su comandi eseguiti in un contesto neutro. Un cane che risponde perfettamente in un campo di addestramento e non risponde nel proprio salotto non ha imparato poco: ha imparato altrove.

1.4 Cosa distingue questo formato

Il modello prevalente nella cinofilia è un'ora a settimana in un luogo dedicato, per due o tre mesi. Ha tre limiti strutturali:

- **il luogo non è quello del problema**, e l'apprendimento resta legato al luogo in cui è avvenuto;
- **il tempo è troppo diluito**, e per sei giorni su sette il vecchio schema continua a essere praticato e rinforzato;
- **il lavoro è fatto sul cane e non sulla persona**, ma è la persona a determinare il risultato nei mesi successivi.

La Full Immersion è costruita per rispondere simultaneamente a questi tre punti. Le pagine che seguono spiegano perché ogni scelta strutturale è quella che è.

Parte II — Il problema di misura

2.1 Dove viene valutato il risultato

Nella pratica corrente il risultato viene osservato nel momento più favorevole: al termine della sessione, in presenza dell'istruttore, nel luogo in cui si è lavorato.

È un errore di misura. Un comportamento osservato in quelle condizioni descrive la fase più rapida di un processo che ne comprende tre — e le altre due si svolgono in assenza dell'operatore.

2.2 I tre processi

	CHI	CHE COSA AVVIENE	ORDINE DI GRANDEZZA
Acquisizione	Cane	Esegue il comportamento richiesto nel contesto in cui è stato allenato	Minuti / ore
Consolidamento e generalizzazione	Cane	Il comportamento resiste nel tempo, in contesti diversi, sotto attivazione emotiva	Settimane
Automatizzazione	Persona	Applica le regole senza sforzo cognitivo, anche in condizioni sfavorevoli	Settimane / mesi

Il proprietario osserva il primo processo e ne inferisce la conclusione dell'intero percorso.

Il fattore limitante di un intervento comportamentale non è la velocità di apprendimento del cane. È l'automatizzazione del comportamento umano.

Questa affermazione determina l'intera progettazione del servizio.

Parte III — Le evidenze

3.1 Effetto spaziatura: la pratica distribuita supera quella massiva

L'effetto spaziatura è tra i fenomeni più replicati nello studio dell'apprendimento. È documentato nell'uomo, nel ratto, nel cavallo, nel maiale, nell'ape. È documentato anche nel cane.

Demant, Ladewig, Balsby, Dabelsteen (2011) — Applied Animal Behaviour Science, 133(3-4), 228-234. Università di Copenaghen.

Cani suddivisi in gruppi con frequenza e durata di allenamento diverse, sullo stesso compito.

- I soggetti allenati **una o due volte a settimana** hanno mostrato acquisizione significativamente migliore rispetto a quelli allenati quotidianamente.
- I soggetti sottoposti a **una sola sessione per occasione** hanno appreso meglio di quelli sottoposti a tre sessioni consecutive.
- Al **test di ritenzione a quattro settimane** dall'ultimo allenamento i soggetti ricordavano il compito.

Meyer, Ladewig (2008) — Applied Animal Behaviour Science, 111(3-4), 311-320.

Confronto tra una sessione settimanale e cinque sessioni settimanali: i soggetti con **una sessione settimanale** hanno raggiunto il criterio di apprendimento con esiti migliori.

Implicazione progettuale. Comprimere il lavoro non aumenta l'apprendimento: lo riduce. Un intervento efficace non si costruisce accumulando ore consecutive, ma alternando lavoro e non-lavoro.

Implicazione seconda. Il cane ricorda a distanza di un mese. Quando un problema si ripresenta dopo alcune settimane, la causa non è la perdita della memoria: è il cambiamento del contesto o della gestione. L'oggetto dell'intervento si sposta di conseguenza — non serve ri-addestrare, serve stabilizzare le condizioni.

3.2 Consolidamento e sonno

Il passaggio da traccia labile a memoria stabile non avviene durante la sessione, ma nelle ore successive, con il sonno che svolge un ruolo attivo.

Nel cane domestico questo è stato indagato con registrazioni elettroencefalografiche non invasive (Kis e collaboratori, Scientific Reports): la macrostruttura del sonno si modifica in funzione dell'apprendimento avvenuto e dell'esperienza sociale della giornata.

Implicazione progettuale. L'intervallo notturno tra le due giornate è una fase attiva del percorso. La seconda giornata non riparte dal punto in cui si era interrotta la prima, ma da un punto più avanzato. Comprimere due giornate in una sola, più lunga, elimina questa finestra.

3.3 Estinzione, recupero spontaneo, rinnovo contestuale

È il corpo di conoscenze che spiega perché i risultati regrediscono, e in quale momento.

Un comportamento appreso non viene cancellato dall'apprendimento di un comportamento alternativo: viene inibito. La traccia originaria permane. La letteratura sull'estinzione — riferimento principale Bouton — descrive tre fenomeni sistematici di ritorno:

- **Recupero spontaneo** — il comportamento originario riemerge con il passare del tempo.
- **Rinnovo contestuale** — riemerge quando il contesto differisce da quello del nuovo apprendimento.
- **Ripristino** — un singolo evento significativo riattiva l'intero repertorio precedente.

Il modello descrive con precisione i tre fenomeni osservabili sul campo con la massima regolarità:

1. Il comportamento tiene con il professionista e non con il proprietario — il professionista è parte del contesto di apprendimento.
2. Il comportamento tiene nel luogo di lavoro e non altrove.
3. Il comportamento tiene per due o tre settimane e poi rientra.

Implicazione progettuale. La finestra di massimo rischio si colloca nelle prime due-tre settimane. Un intervento che si conclude con l'ultima giornata in presenza abbandona il caso esattamente prima di quella finestra.

3.4 Formazione dell'abitudine nell'operatore umano

È la componente più trascurata della cinofilia applicata e la più determinante sul risultato finale.

Lally, van Jaarsveld, Potts, Wardle (2010) — European Journal of Social Psychology, 40(6), 998-1009.

96 partecipanti, 12 settimane, un comportamento nuovo eseguito quotidianamente in contesto costante, con misurazione giornaliera dell'automaticità percepita.

- Mediana per raggiungere il 95% dell'asintoto di automaticità: **66 giorni**.
- Intervallo osservato: **18-254 giorni**.
- I comportamenti a maggiore impegno hanno richiesto tempi circa una volta e mezza superiori: mediana intorno a **91 giorni**.
- L'omissione di una singola occasione non compromette la curva di formazione.

La formula corrente dei "21 giorni per formare un'abitudine" non ha origine sperimentale: deriva da un'osservazione riportata in un testo di chirurgia plastica del 1960, mai validata.

Implicazione progettuale. Al proprietario non viene richiesto un comportamento nuovo, ma un insieme di sei o sette comportamenti simultanei, dei quali diversi controintuitivi: non salutare il cane al rientro, non rispondere alle richieste di contatto, ritirare la ciotola, mantenere la regola quando il quadro sembra risolto. Sono comportamenti che si oppongono a una risposta affettiva spontanea, e appartengono alla fascia alta dell'intervallo di Lally.

Sotto le quattro settimane non si osserva automatismo, ma esecuzione consapevole — la prima funzione a decadere sotto carico: stress, fretta, stanchezza, imprevisti.

Ne consegue che un percorso che si esaurisce in meno di un mese non ha, per costruzione, la possibilità di produrre un cambiamento stabile nel sistema famiglia-cane.

Parte IV — Derivazione della struttura

Ogni elemento del metodo discende da uno dei punti della Parte III.

4.1 Perché due giornate e non una

Deriva da 3.2. La finestra di consolidamento notturno esiste solo se le due giornate sono separate da una notte. Una giornata unica di durata doppia produce più affaticamento e meno stabilizzazione.

4.2 Perché due giornate e non otto sessioni settimanali

Deriva da 3.3, punti 1 e 2. Un percorso a sessioni settimanali costruisce l'apprendimento in un contesto — il campo, l'orario, la presenza dell'istruttore — che non è quello in cui il problema si manifesta. Il rinnovo contestuale è strutturalmente incorporato in quel formato.

L'intervento a immersione lavora nel luogo dove il comportamento si presenta, negli orari in cui si presenta, con le persone che lo vivono. Elimina la variabile contesto invece di doverla superare a posteriori.

4.3 Perché la giornata è divisa in tre blocchi con due pause

Deriva da 3.1. All'interno di ciascun blocco il cane non lavora in continuo: le sessioni effettive sono brevi, alternate a osservazione del comportamento spontaneo, spiegazione ed esecuzione guidata da parte del proprietario.

Le pause hanno tre funzioni distinte:

- **sul cane** — consentono il consolidamento, che non avviene sotto carico;
- **sulla persona** — interrompono un flusso informativo che oltre una certa durata non viene più assimilato;
- **sull'operatore** — permettono la rianalisi del caso e la ricalibrazione del blocco successivo sui dati raccolti, non sull'ipotesi iniziale.

4.4 Perché sedici ore e non quattro

Non per aumentare la quantità di allenamento, che come visto in 3.1 non produce guadagno.

La durata serve a un fine diverso: **i comportamenti target si manifestano in momenti specifici della giornata**. Restare molte ore consente di intercettarli mentre accadono realmente, invece di ricostruirli in forma artificiale. È ciò che un'ora settimanale in un campo non può fare, indipendentemente dalla competenza dell'operatore.

4.5 Perché le due giornate hanno funzioni diverse

Giornata 1 — costruzione. Lettura del caso in ambiente naturale, smontaggio del sistema che alimenta il comportamento, introduzione degli strumenti e delle regole, verifica della risposta.

Giornata 2 — consolidamento, generalizzazione, trasferimento. Verifica di ciò che ha retto dopo la finestra notturna, dato non ottenibile nella prima giornata. Estensione del lavoro a contesti diversi, per contrastare in anticipo il rinnovo contestuale descritto in 3.3. E soprattutto: **passaggio della conduzione al proprietario**, che nella prima giornata osserva ed esegue sotto guida, nella seconda conduce ed è corretto.

Quest'ultimo punto è la funzione più importante dell'intera struttura. Ciò che resta dopo l'intervento non è quello che ha fatto l'operatore: è quello che il proprietario è in grado di fare.

4.6 Perché il protocollo è scritto

Deriva da 3.4. La condizione che produce automatismo è la ripetizione di un comportamento in contesto costante. Un protocollo scritto, specifico e consultabile rende il comportamento dell'operatore umano ripetibile e uguale a se stesso. Un'indicazione verbale, per quanto chiara, decade nell'arco di giorni.

4.7 Perché sei mesi di supporto

Deriva da 3.3 e 3.4 congiuntamente. Sei mesi coprono la finestra di recupero spontaneo, l'intervallo di formazione dell'abitudine umana anche nella sua fascia alta, e i rinnovi contestuali che si presentano nel medio periodo: trasloco, ospiti, viaggi, cambio di stagione, variazione degli orari di lavoro, arrivo di un altro animale.

4.8 Perché in alcuni casi la seconda giornata viene programmata a distanza

Quando l'oggetto della verifica non è l'acquisizione — già avvenuta — ma la tenuta nel tempo: se uno spazio di riposo è diventato una scelta del cane, se la durata delle assenze si è estesa, se uno strumento di supporto può essere rimosso.

In questi casi una seconda giornata immediata replicherebbe la prima senza produrre informazione nuova. A distanza di quattro-sei settimane permette di lavorare su dati reali. La distanza si calcola sommando i tempi minimi delle fasi del protocollo specifico, e viene presidiata con un controllo intermedio collocato nella finestra di rischio individuata in 3.3.

Parte V — Come si misura l'esito

5.1 Il criterio va fissato prima, non dopo

Nel settore il risultato viene quasi sempre dichiarato senza criterio: non è definito che cosa si consideri risolto, né a quale distanza venga osservato.

In questo metodo il criterio è scritto nel protocollo, prima che il lavoro cominci.

5.2 Gli indicatori

Il protocollo fissa gli indicatori osservabili sul comportamento target: che cosa deve cambiare, entro quali tempi, con quale segnale riconoscibile dal proprietario. Sono misure, non impressioni.

QUADRO	INDICATORE DI ESITO
Ansia da separazione	Tempo tra l'uscita e il primo vocalizzo; durata dell'assenza tollerata
Reattività su altri cani	Distanza di soglia di reazione; numero di correzioni necessarie
Controllo degli ingressi in casa	Numero di ingressi gestiti senza correzione
Trazione al guinzaglio	Porzione di percorso con guinzaglio morbido
Spazio di riposo	Ingresso spontaneo nello spazio, senza richiesta

Ogni protocollo riporta questi indicatori con due soglie temporali — due settimane e sei settimane — e una scheda di osservazione che il cliente compila.

5.3 Le due misure, e perché non vanno confuse

Risposta durante l'intervento. È la modificazione del comportamento target osservata entro le due giornate: meno correzioni necessarie, latenza di reazione più lunga, comparsa di stati di rilassamento in contesti che prima li impedivano, situazioni-innesco gestite senza intervento dell'operatore.

È il dato che gran parte del settore presenta come risultato finale. Qui è considerato un prerequisito: se il comportamento non si modifica entro le due giornate, il quadro viene riletto e l'impianto rivisto.

Tenuta nel tempo. Si osserva sugli stessi indicatori, alle soglie fissate nel protocollo, in assenza dell'operatore. È l'unica misura che dice se il sistema famiglia-cane è realmente cambiato: la differenza tra un intervento che funziona mentre lo si fa e uno che funziona dopo.

Parte VI — Cosa questo metodo non è

Non produce risultati indipendenti dall'esecuzione del proprietario. Come stabilito in 2.2, la variabile lenta è umana. Un proprietario che non applica il protocollo ottiene un risultato transitorio, indipendentemente dalla qualità dell'intervento.

Non elimina il comportamento originario. Come stabilito in 3.3, il repertorio precedente permane inibito. Le regressioni nelle prime settimane sono un fenomeno previsto dal modello, non un indicatore di fallimento. Un professionista che promette l'assenza di regressioni sta descrivendo un processo che non esiste.

Non è indicato per ogni quadro. Situazioni con componente clinica, dolorosa o neurologica richiedono un inquadramento veterinario preliminare o parallelo. Il comportamento non si interpreta senza aver escluso la sofferenza fisica.

Parte VII — Sintesi

SCELTA STRUTTURALE	FONDAMENTO
Intervento nel luogo del problema	Rinnovo contestuale (3.3)
Due giornate separate da una notte	Consolidamento nel sonno (3.2)
Blocchi 3 + 3 + 2 con due pause	Effetto spaziatura (3.1)
Sessioni brevi dentro i blocchi	Effetto spaziatura (3.1)
Durata estesa della giornata	Intercettazione dei comportamenti in situ (4.4)
Seconda giornata su generalizzazione	Rinnovo contestuale (3.3)
Trasferimento della conduzione	Automatizzazione dell'operatore umano (3.4)
Protocollo scritto	Ripetizione in contesto costante (3.4)
Supporto a sei mesi	Recupero spontaneo + curva dell'abitudine (3.3, 3.4)
Controllo nelle prime settimane	Finestra di rischio (3.3)
Indicatori di esito fissati a priori	Criterio di misura definito prima (5.1)

Nessun elemento della struttura è arbitrario. Nessun elemento è stato inserito per ragioni commerciali. Ogni elemento risponde a un vincolo documentato del processo di apprendimento — nel cane o nella persona.

Bibliografia

Demant, H., Ladewig, J., Balsby, T.J.S., Dabelsteen, T. (2011). The effect of frequency and duration of training sessions on acquisition and long-term memory in dogs. *Applied Animal Behaviour Science*, 133(3-4), 228-234.

Meyer, I., Ladewig, J. (2008). The relationship between number of training sessions per week and learning in dogs. *Applied Animal Behaviour Science*, 111(3-4), 311-320.

Kis, A. et al. Sleep macrostructure, learning and social experience in the domestic dog. *Scientific Reports*.

Lally, P., van Jaarsveld, C.H.M., Potts, H.W.W., Wardle, J. (2010). How are habits formed: Modelling habit formation in the real world. *European Journal of Social Psychology*, 40(6), 998-1009.

Bouton, M.E. — corpus sperimentale su estinzione, recupero spontaneo, rinnovo contestuale e ripristino.

Antonio Puccio Dog Trainer Oltre dieci anni di lavoro sul campo · Metodo strutturato, verificabile, dichiarato