

Jak pomóc zestresowanym psom oraz po traumatycznych przejściach

Profesjonalne porady prezentowane przez :

Dr. Amber Batson, BVetMed MRCVS, weterynarz, behawiorysta (Wielka Brytania)

Turid Rugaas, Trener psów i autorka książki "O rozmowach z psami: Sygnały uspakajające psów" (Norwegia)

Lisbeth Borg de Waard, trener psów i behawiorysta (Norwegia)

Anne Lill Kvam, trener psów i autorka książki "Królestwo zapachu" (Norwegia)



Dla właścicieli psów/opiekunów w sytuacjach kryzysowych:

- **Woda jest ważniejsza niż jedzenie, podziel się z psem jedzeniem które masz, nie musi to być karma dla psów**
- **Jeśli jesteś w pobliżu hałasu, cały czas miej przypiętą długą linkę/smycz do obroży lub szelek psa, zapobiegnie to ewentualnej próbie ucieczki**
- **Jeśli nie możesz wyjść na dwór, zrób miejsce toalety z ziemi po kwiatach doniczkowych, papieru bądź ubrań**
- **Wspieraj i uspakajaj psa**
- **Daj wybór psu czy chce się schować czy też być blisko Ciebie**
- **Jeśli psu jest zimno okryj go kocem, co może pomóc w uspokojeniu/ zaśnięciu.**
- **Jeśli pies śpi, jest to najlepsze co może teraz robić**
- **Bądź spokojny i pozostań/wspieraj swojego psa.**
- **Nie trenuj/nie ćwicz lub nie baw się z psem w takich okolicznościach**
- **Im lepiej zachowujesz spokój, tym bardziej Twój pies będzie spokojny**

Dr Amber Batson, BVetMed MRCVS, weterynarz i behawiorysta:

1. Wspieraj i uspakajaj psa. Kiedy jesteśmy zestresowani lepiej czujemy się kiedy mamy kogoś wspierającego blisko siebie. To może obniżyć poziom stresu. Mów spokojnie, głaszcz psa jeśli to lubi, lub delikatnie masuj albo czesz jeśli pies to bardziej preferuje. Miej na uwadze, że odczucia w danym momencie nie są tymi które odczuwają normalnie, i to czego twój pies nie lubi na codzień, może sprawić mu przyjemność w sytuacji krytycznej. Obserwuj i reaguj.
2. Jeśli jest głośno, rozważ stworzenie kryjówki w której możecie być razem, przypnij lekką, długą linkę/smycz do obroży lub szelek, w ten sposób masz kontrolę w razie ewentualnej próby ucieczki.
3. Jeśli nie możesz wyjść wogóle na dwór, postaraj się zachęcić psa do załatwienia się na prowizoryczną matę – znajdź ręcznik, albo ubranie, użyj jako podstawy, przykryj cienką warstwą pociętego papieru lub kilkoma garściami naturalnych produktów, jak ziemia/gleba, trawa, liście jeśli możesz zdobyć, być może z kwiatów ogrodowych/doniczkowych
4. Woda jest ważniejsza od jedzenia. Jeśli masz karmę podaj psu w małych porcjach jeden do dwóch razy dziennie – być może będzie musiała starczyć na jakiś czas. Jeśli nie masz karmy dla psa, podziel się z nim swoim jedzeniem. W sytuacjach stresowych nie musimy jeść dużych ilości, więc nie martw się tym, że masz limitowany dostęp w tej chwili. Najważniejszy jest odpoczynek, unikanie zagrożenia i nawodnienie.
5. Dużo czynności, które lubimy robić z naszymi zwierzętami pomaga im w rozwoju, ale nie są konieczne do przetrwania. Chodzenie na spacer, zabawa, gryzienie gryzaków, to pozytywne dodatki, ale możemy bez tego żyć długi czas. Pozostanie w fizycznym bezpieczeństwie jest najważniejsze do przetrwania.

*Turid Rugaas, trener psow i behawiorysta, autorka książki
"Sygnały uspakajające psów":*

Żyjemy w świecie, w którym dzieją się straszne rzeczy, jak trzęsienia Ziemi, wojny, inne katastrofy. Ma to wpływ zarówno na ludzi jak i psy. Utrzymanie ludzi i ich psów w bezpieczeństwie może czasami być ciężkie i problematyczne. W takich sytuacjach martwimy się o nasze psy.

Sytuacja może być bardzo różna, w zależności co się stało, ale najważniejszą rzeczą jaką możesz zrobić jest zawsze prosta.

Jeśli Twój pies może być przy Tobie:

Dla Twojego psa bycie przy Tobie jest wystraszające. Stres i strach wywołany sytuacją są przeciążeniem mentalnym/umysłowym co powoduje fizyczne zmęczenie i wyczerpanie. To oznacza, że nie potrzebują ćwiczeń/treningu czy zabaw. Potrzebują przebywania z Tobą, bycia blisko Ciebie, snu i dużo odpoczynku. Żadnego przytulania psa, pozwól mu być tak blisko Ciebie jak tylko chce. Odpocznij, śpij, i oszczędzaj energię.

Psy potrzebują wody i jedzenia. Woda jest najważniejsza, jedzenie można ograniczyć na jakiś czas. Psy mogą jeść wszystko, dlatego przetrwały miliony lat, więc będą jadły wszystko co jest dostępne.

Muszą załatwiać swoje potrzeby fizjologiczne, muszą robić siusiu i kupę. Jeśli masz ograniczony dostęp do miejsca w którym mogą się załatwiać, możesz spróbować zrobić prowizoryczną toaletę jak najdalej od miejsca gdzie siedzicie, śpicie, macie swoje rzeczy np. w kącie, na tarasie/balkonie/na uboczu. Jeśli masz dostęp do ziemi, piasku, rozsyp na przeznaczonym miejscu, pies załatwi się ostatecznie na to miejsce w momencie niemożliwości wyjścia na dwór. Możesz użyć ziemi, piasku z zewnątrz, lub opróżnić doniczki i użyć ziemi do kwiatów – użyj to co jest dostępne. Daj psu czas na znalezienie tego miejsca, nie zamartwiaj się tym, pozostań spokojna/y

Jeśli jesteście w miejscu gdzie jest zimno, spróbuj znaleźć koc, lub inne przykrycie aby pomóc psu utrzymać ciepło. To pomoże mu również zasnąć. Odpoczynek i sen jest bardzo ważny w takich sytuacjach.

Oprócz organizacji praktycznych rzeczy, które muszą zostać rozwiązane w ten czy inny sposób, Twój pies potrzebuje Ciebie w pobliżu. Żadnych komend, ćwiczeń, zabaw – poprostu bądź przy psie. Trauma, stres oznacza że nie powinienesz nic i nie możesz niczego wymagać od psa.

Psy potrzebują odpoczynku i oszczędzania energii, są w tym naprawdę dobre. Możesz również doświadczyć, że psy rozumieją powagę sytuacji i zaadoptują się w fantastyczny sposób.

Nigdy nie powinny być zamknięte w klatce, albo pozostawione samemu w kenelu jeśli mają traumatyczne doświadczenia. Pies musi być przy Tobie.

Bądź tam dla psa, zachowaj spokój i wycisz się, pokaż swojemu psu, że jesteś jego najbliższym członkiem rodziny. Psy opiekują się sobą nawzajem, i Tobą kiedy mogą, ale są takie momenty w życiu kiedy to Ty musisz się nimi zaopiekować. To wszystko czego potrzebują i pragną.

W dzieciństwie uciekałam ze stref wojennych i pamiętam jakie to było wyczerujące przez cały czas. Nie chciałam się bawić, jedyne co mi było potrzebne to odpoczynek i sen. Psy są jak ludzie, z taką samą fizjologią i emocjami. Za dużo aktywności fizycznej spowoduje, że będą chore, bo ich ciało nie będzie w stanie sobie z tym poradzić

Jeśli są zestresowane i dlatego wyczerpane, potrzebują Ciebie i oprócz tego, mnóstwo mnóstwo absolutnie niczego.

Jeśli musisz zostawić psa z kimś innych albo oddać:

Informacja dla opiekunów po traumatycznych przejściach oddanych do nowych/tymczasowych domów lub schronisk dla zwierząt

Wytłumacz wszystko co jest napisane powyżej nowemu opiekunowi. Pies nie może być zamknięty w klatce czy kenelu, lub pozostawiony samemu sobie, muszą być z kimś.

Woda, dużo jedzenia, rzeczy do gryzienia, jako że to pomoże im poczuć się lepiej.

Żadnych wymagań, komend, zachęcania do zabawy czy pracy węchowej – tylko mnóstwo nic nie robienia. Będą zestresowane zmianami zachodzącymi w ich życiu, stres wyczerpuje i powoduje że psy są

bardziej reaktywne. Odpoczynek i sen pomagają ciału w radzeniu sobie w nowej sytuacji i przeżyciu sytuacji w lepszy sposób.

Wolność w przemieszczaniu się w bezpiecznym miejscu, załatwianie swoich potrzeb fizjologicznych kiedy tego potrzebują, możliwość swobodnego poruszania się, ale tylko w przypadku kiedy pies sam dokona wyboru. Nie wymagaj, nie zachęcaj do robienia czegokolwiek, poprosto daj wybór psu.

Ludzie w najbliższym otoczeniu psa muszą być spokojni, poruszać się powoli, i nie robić niczego co by spowodowało reakcje poczucia zagrożenia psa. Daj psu czas na przyzwyczajenie się do nowego miejsca i uczucia bezpieczeństwa. siedź blisko psa, czytając lub robiąc cokolwiek chcesz, tylko bądź spokojny.

Najgorszą rzeczą jaką możesz zrobić to nadmierne pobudzanie psa poprzez ćwiczenia, zachęcania do robienia różnych rzeczy. Zestresowane i wyczerpane ciało temu nie podoła.

Tak samo jest kiedy zaadoptujesz psa ze schroniska/domu tymczasowego. Na początku chodzi o zaspokojenie potrzeb jedzenia, picia, załatwiania potrzeb fizjologicznych, i mnóstwo odpoczynku, snu. Swoboda w poruszaniu się, tam gdzie chcą, swoboda w wyborze tego co chcą robić. Kiedy zaczynają robić się ciekawskie, jest to dowód że zmierzają w dobrym kierunku. Kiedy psy mają wybór, czas na zaadoptowanie się i możliwość odpoczynku, w ilościach które potrzebują, zaczną radzić sobie szybciej i lepiej w nowym otoczeniu.

Jeśli jesteś właścicielem psa lub pracownikiem schroniska/domu tymczasowego i potrzebujesz więcej informacji/porad proszę skontaktuj się bezpłatnie:
helpline@nordicdogtrainer.com (w języku angielskim), lub
jolantabedla@gmail.com (w języku polskim)

We współpracy z



Ta informacja została przetłumaczona na kilka języków i jest dostępna na stronie internetowej:

www.nordicdogtrainer.com

