

Kako pomagati psu ob travmi/stresu

Strokovni nasveti avtoric:

Dr. Amber Batson, BVetMed MRCVS, veterinarka, specializirana za vedenje
(Združeno Kraljestvo)

Turid Rugaas, pasja inštruktorica in avtorica knjige "On talking terms with dogs"
(Norveška)

Lisbeth Borg de Waard, pasja inštruktorica in specialistka za vedenje (Norveška)

Anne Lill Kvam, pasja inštruktorica in avtorica knjige "The Kingdom of Scent"
(Norveška)

Nordic Education Centre for



Dog Trainers

Za lastnike/skrbnike psov v kritičnih razmerah:

- Voda je pomembnejša od hrane. Hrano, ki jo imate na voljo, delite s svojim psom tudi, če ni pasja hrana.
- Če je okolje hrupno, naj bo pes ves čas na dolgem povodcu, da ne bi skušal pobegniti.
- Če ni možno iti ven, psu pripravite prostor za opravljanje potrebe. Uporabite lahko zemljo sobnih rastlin, papir ali oblačila.
- Psu ponudite podporo in tolažbo.
- Psu prepustite izbiro, ali se bo skril ali ostal blizu vas.
- Če psa zebe, mu ponudite odejo, ki mu lahko pomaga počivati ali spati.
- Najbolje za psa je, če lahko spi.
- Ostanite mirni in bodite s svojim psom.
- V teh okoliščinah ne izvajajte vaj oz. šolanja in se s psom ne igrajte.

- **Če boste vi karseda mirni, bo tudi vaš pes mirnejši.**

Dr Amber Batson, BVetMed MRCVS, veterinarica in specialistka za vedenje:

1. Psu ponudite podporo in tolažbo. Ko nas je strah, se počutimo bolje, če so drugi blizu nas in nas podpirajo. To lahko zmanjša stres. Govorite z nežnim tonom. Če psu to ustreza, ga božajte, lahko ga tudi nežno masirate ali negujete. Imejte v mislih, da psu morda ne bo všeč tisto, kar mu običajno ustreza, in obratno. Opazujte psa in se odzivajte na njegovo vedenje.
2. Če je okolje hrupno, razmislite o tem, da bi ustvarili zavetje, v katerem lahko sedite skupaj s psom. Na oprsnico ali ovratnico naj bo ves čas pripet dolg povodec ali lahka vrv, da lahko psa zadržite, če bi skušal pobegniti.
3. Če ne morete ven, psu ponudite improvizirano notranje stranišče. Na tla položite brisačo ali oblačilo, čez to pa posujte na drobno narezan oz. natrgan papir ali naravne materiale, kot so trava, listje ali zemlja (lahko od sobnih rastlin).
4. Voda je pomembnejša od hrane. Če imate hrano za živali, ponudite manjšo količino enkrat ali dvakrat na dan – morda jo boste potrebovali za daljše obdobje. Če nimate posebne hrane za živali, s psom delite malo svoje hrane. V stresnih časih telo ne potrebuje veliko hrane, zato ne skrbite, če so vaše zaloge manjše. Počitek, izogibanje nevarnosti in voda so trenutno najpomembnejši.
5. Številne dejavnosti, ki jih izvajamo skupaj s svojimi ljubljenci, prispevajo k njihovi kakovosti življenja, niso pa nujne za preživetje. Sprehodi, igra in žvečenje so koristni, vendar pa jih lahko tudi za dlje časa opustimo. Za preživetje je najpomembnejša fizična varnost.

Turid Rugaas, pasja inštruktorica in avtorica knjige "On talking terms with dogs":

Živimo v svetu, kjer se dogajajo grozne stvari – potresi, vojne in druge katastrofe, ki vplivajo tako na ljudi kot na njihove pse. Včasih je težko zagotoviti varnost ljudi in njihovih živali. Takrat nas skrbi za naše pse.

Veliko je lahko odvisno od konkretnih okoliščin, toda najpomembnejše stvari, ki jih lahko naredite, so vedno zelo preproste.

Če je pes lahko z vami:

Za psa je dovolj, da je lahko z vami. V trenutni situaciji doživlja stres in strah. Preveč dražljajev iz okolja psa fizično utruja in izčrpa, zato v takih okoliščinah ne potrebuje razgibavanja in aktivnosti. Potrebuje vas, vašo bližino, in veliko počitka ter spanja. Psa ne objemajte ali držite, samo dovolite mu, da je tako blizu, kot sam želi biti. Naj počiva, spi in varčuje z energijo.

Temu sledi potreba po vodi in hrani. Voda je ključna, pes pa lahko za omejen čas dobiva le manjše količine hrane. Psi jedo marsikaj, zato pa so preživelci skozi milijone let. Pes bo jedel, kar mu je na voljo.

Potrebujejo možnost izločanja. Če obstajajo omejitve glede tega, kam gre vaš pes lahko na potrebo, skušajte najti prostor, ki bo čim dlje od tam, kjer se sicer zadržujete: recimo v kotu, na verandi. Če se le da, naj gre za malce umaknjen kotiček. Če je možno, tam posujte pesek ali zemljo in sčasoma bo pes izločal tam, če ne bo možnosti izhodov. Pesek ali zemljo lahko morda dobite od zunaj ali pa izpraznite lonce sobnih rastlin – karkoli je na voljo. Psu pustite, da razišče prostor za opravljanje potrebe in ga pri tem ne motite. Ostanite mirni.

Če ste na mrazu, bodo za ohranjanje toplote prišle prav odeje ali deke. To bo psu tudi pomagalo spati, počitek in spanje pa sta v takih razmerah zelo pomembna.

Poleg teh praktičnih potreb, ki jim je treba tako ali drugače zadostiti, pa vaši psi potrebujejo samo vašo družbo. Brez ukazov, vaj, šolanja in aktivnosti – samo bodite jim na voljo. Ker doživljajo stres in travmo, zdaj ni pravi čas, da bi od njih karkoli zahtevali. Naj počivajo in varčujejo z energijo, to jim gre zelo dobro. Opazili boste, da psi razumejo resnost situacije in so se sposobni prilagoditi na neverjetne načine.

Ko pes doživlja nekaj travmatičnega, ga nikakor ne zapirajte v boks ali puščajte samega v pesjaku. Omogočite mu, da je z vami.

Bodite mu na voljo, ostanite mirni in tihi ter mu pokažite, da ste njegova najožja družina. Psi skrbijo drug za drugega in za nas, ko to zmorejo, v nekaterih situacijah pa moramo mi poskrbeti zanje in jih podpreti. To je vse, kar si želijo in kar potrebujejo.

Sama sem kot otrok bežala iz vojnih območij. Spomnim se, kako izčrpana sem bila. Nisem se želela igrati, hotela sem samo spati in počivati. Psi so nam podobni po fiziologiji in čustvih. Od preveč fizične aktivnosti lahko zbolijo, saj njihovo telo tega ne zmore.

Če so psi pod stresom in zato izčrpani, potrebujejo vas in možnost, da ne počnejo čisto nič.

**Če morate psa pustiti pri kom drugem ali ga poslati drugam:
Informacije za skrbnika psa, ki je doživel travmo in stres, ter prihaja
v nov dom ali zavetišče**

Vse, kar je zapisano zgoraj, pojasnite novim skrbnikom. Pes naj ne bo zaprt v pesjak ali boks in naj ne bo sam. Potrebuje družbo človeka.

Na voljo naj ima vodo, veliko hrane in stvari za žvečenje, saj se bo tako počutil bolje.

Brez zahtev, brez ukazov, brez spodbujanja k igri ali miselne zaposlitve – naj se ne dogaja čisto nič. Pes bo zaradi velikih sprememb, ki so se mu zgodile, pod stresom. Zaradi stresa bo izčrpan in bolj reaktiven. Počitek in spanje bosta pomagala telesu pri spopadanju s tem stanjem na čim boljši način.

Pes potrebuje možnost prostega gibanja v varnem okolju, možnost izločanja kadarkoli to potrebuje, giba pa naj se samo po lastni izbiri. Ne narekujte mu aktivnosti, ampak naj se odloča sam.

Ljudje v njegovi bližini naj bodo mirni, premikajo naj se počasi in ne naredijo ničesar, kar bi lahko delovalo grozeče. Psu pustite, da se ustali in se začne počutiti varno. Lahko sedite blizu njega, berete ali počnete, kar želite, dokler je seveda mirno.

Najslabša stvar, ki bi jo lahko naredili, je, da bi ga preobremenili s fizičnimi aktivnostmi ali zahtevami. Izčrpano telo pod stresom tega ne prenese.

Enako velja takrat, ko v svoj dom sprejmete posvojenega psa. Na začetku so pomembni samo hrana, voda, izločanje in veliko spanja ter počitka. Svoboda gibanja naj bo na voljo, če se pes zanj odloči, vedno pa naj ima možnost izbire. Ko pes postaja radoveden, veste, da je na pravi poti. Če ima na voljo izbiro, čas in počitek, se bo hitreje in bolje znašel v novem okolju.

Če ste lastnik psa ali delate v zavetišču in bi želeli več brezplačnih nasvetov na to temo, prosimo kontaktirajte: helpline@nordicdogtrainer.com

ena.kobentar@gmail.com

info@psuprijazen.si

V sodelovanju z:



Te informacije so v več jezikih dostopne na:
www.nordicdogtrainer.com