



... zakaj sem se odločila pogledati na področje 'pasjega čustvenega sveta' ... predvsem pogledati v tisti del, ki ga imenujem 'ČUSTVENE TEŽAVE PSA' ...

... pri delu s psi ... in seveda pri svojem lastnem psu vedno pogosteje opažam, da čustven svet psa dobiva na veljavi ... da čustven svet psa močno vpliva na vsa ostala področja pasjega življenja ... PASJI ČUSTVEN SVET VPLIVA NA TELO (ZDRAVJE) PSA IN NA NJEGOV MENTAL (PREDVSEM NA 'ZMOŽNOST' (NA)UČITI SE) ...

... seveda pa je tematika padla v ospredje predvsem zato, ker opažam, da je PASJI ČUSTVEN SVET OBRNJEN NA GLAVO ... da se vse več psov srečuje s težavo PORUŠENEGA ČUSTVENEGA RAVNOVESJA ... porušeno čustveno ravnovesje pa pomeni, da je pes v čustvenih ekstremih/viških (pes je vznemirjen) (ali so ti v plus ali minus niti ni pomembno) ... noben ekstrem ni za telo ali za mental bitja dober ... IN KADAR TAKŠNO VZNEMIRJENJE TRAJA DLJE ČASA IMA NEGATIVEN VPLIV NA TELO ŽIVEGA BITJA (in vsakdo ve, da če ni sam v dobrem telesnem počutju njegova storilnost, zmožnost kreiranja, delovanja močno upade ... in enako je pri psu) ...

... splošno o pasjih čustvih ...

- ▷ ... nekoč: pes ni čustveno bitje ... celo pes ni čuteče bitje (pes ne čuti bolečine) ...
- ▷ ... danes: pes čustva gotovo ima ... pes gotovo čuti bolečino/neprijetnost ...
- ▷ ... danes: koliko sledimo 'zavedanju', da ima pes čustva? ... ali dejstvo pasjega čustvenega sveta upoštevamo? ...
- ▷ ... kaj je čustvo ... kako si ga opredeliti, razložiti ...
- ▷ ... pasja čustva so vezana na njegovo nagonkost ...
- ▷ ... čustva, ki jih psu pripisujemo ljudje ... ali je pes sploh zmožen tovrstnega čustvovanja ...
- ▷ ... porušeno čustveno ravnovesje psa ... izvira iz (1) porušenega ravnovesja med naravnostjo psa in zahtevami družbenega okolja ... (2) med počitkom in aktivnostjo ...

... DEFINICIJA/OPREDELITEV ČUSTVA ... čustvo je močan občutek, ki izvira iz okoliščin, počutja in odnosa z okoljem ...

... kadar pes ni v mentalu (kadar pes 'ne razmišlja') takrat je pes v telesu (v nagonu in s tem je tudi v čustvu ... odreagira nagonsko/čustveno)

... ljudje smo čustvom obesili lastno videnje ... mnoga čustva, ki jih pripisujemo psom niso del čustvenega življenja psa ... zloba/hudobnost/zlonamernost, maščevalnost, zamera, jeza, ljubosumje, obžalovanje ...

(1) ... do tega pojava pride najpogosteje takrat, ko je **porušeno ravnovesje med budnostjo (aktivnostjo) in počitkom (spanjem)** ... kadar pes nima možnosti počivanja/spanja se njegovo telo (in k telesu sodi tudi mentalni del) ne obnavlja ... pojavi se utrujenost (viša se nivo adrenalina, ki psu omogoča 'ostajati dejaven') ... utrujen pes zato deluje iz nagona/čustev ... pes nima mentalnega sita ali filtra (ne zmore narediti selekcije med čustvi ... pes čuti globoko in v celosti/polnosti) ...

(2) ... porušeno ravnovesje med naravnostjo psa in zahtevami družbenega okolja ...

... ko pes pregori ... stres pri psu ...

- ▷ ... razlikovanje med pozitivnim in negativnim stresom ...
- ▷ ... pregorelost telesa in mentala (in s tem čustev) se kaže kot notranja napetost, nervoza, nemir ... navzven se izraža kot povečana potreba po **AKTIVNEM IZRAŽANJU NOTRANJEGA STANJA NAPETOSTI**: grizenju/žvečenju/trganju ... stresanju (povodec) ... naskakovanju (tudi skrbnika, psov, predmetov) ... hoji (ponavljajoče kroženje) ... oglašanje (cviljenje, lajanje) ... vzpenjanje (na skrbnika, ljudi, predmete) ... agresivno vedenje (povečanje prisotnosti testosterona) ... težje osredotočanje (pomankljiva koncentracija) ...
- ▷ ... **TELESNE BOLEZNI** ... prebavne težave ... rakava obolenja ... intolerance ... alergije (hrana, dlaka) ... pomanjkanje apetita ...
- ▷ ... **MENTALNE/ČUSTVENE BOLEZNI** ... strahovi ... depresija (apatičnost, pomanjkanje želje po življenju - strmljenje v zid) ... kompulzivna vedenja (lovljenje repa, lizanje) ... samopoškodovanje ...

... nekaj stresa (**POZITIVNI STRES**) je koristnega, saj spodbuja k iznajdljivosti, preživetju, napredku ... pozitiven stres se preoblikuje v negativnega kadar je osebek predolgo izpostavljen stresorju in se ne more 'odpočiti' ...

... **STRES** ... kot krovni vzrok čustvene nestabilnosti psa ... stres se pozna na telesu, mentalu in čustvih (psa in človeka) ...

... ob stresu se sprošča hormon **KORTIZOL** (hipotalamus) ... **ADRENALIN** (vpliva na proizvodnjo **TESTOSTERONA**) ...

... najpogostejši stresorji ...

- » POZITIVNI STRESORJI ... uspeh pri učenju novih vedenj, zadovoljevanje skrbnikovih zahtev, srečanje s pašjimi prijatelji, igranje, vohljanje za divjadjo, iskanje, mentalne igre (trikci) ...
- » NEGATIVNI STRESORJI ... odhod skrbnika (samota ... predvsem nad 4 urami ... in osamljenost) ... neuspeh pri učenju (prizadevanje za vsaj 80 % uspešnostjo) ... telesna bolezen ... konfliktne situacije (s skrbnikom, ostalimi psi, med družinskimi člani) ... premalo počitka (utrujenost - telesna in mentalna) ... nezadovoljene potrebe (glede na osebnost psa ali pasemsko lastnost psa ... psu se ne ponudi družbeno sprejemljiva možnost zadovoljiti nogonske potrebe: terierji, hrti, vlečni psi, prinašalci, lovski psi ...) ...
- » POČLOVEČENJE PSA ... pes nadomestek otroka ali partnerja ...

... pasji kandidati za izgorelost so ...

- ▷ ... POMNI: največji vpliv na porušeno čustveno ravnovesje (stres/izgorelost): BIVALNO OKOLJE (notranje in zunanje ... dvorišča, deležniki okolja: ostali psi, promet, ljudje, ostale živali) in DNEVNE AKTIVNOSTI (sprehodi, prstočasne dejavnosti: cani-cross, vadbe, IGRA) ...
- ▷ ... tisti psi, ki so že osebno na višjih energetskih nivojih ... kategorija 'pasje osebnosti',
- ▷ ... psi, ki so hkrati družinski člani (vpeti v energije družine) ... kategorija 'bivalnega okolja',
- ▷ ... delovni psi (psi vodniki, pomočniki, terapevti, reševalni psi, policijski psi, psi za vleko, pastirski psi ... lovski psi),
- ▷ ... pasji tekmovalci (agility, poslušnost, sledenje, obedience ...),
- ▷ ... številne prstočasne dejavnosti ...
- ▷ PES NA DELOVNEM MESTU: Ja ali Ne?

... izgorelost privikrat spoznamo že pri mladiču ... nato jo izjemno nazorno pokažejo najstniki ... odrasli psi pa se tudi zaradi samega procesa vzgoje naučijo veliko čustev 'potlačiti' (samonadzorovati) ...

... kako psa čustveno razbremeniti ...

- ... usmerjeno zadovoljevanje nagonov (zdrava mera),
- ... sproščeno vohljanje, ogledovanje okolja, hoja v naravnem okolju, druženje s psi (biti pes),
- ... kvaliteten počitek in spanje,
- ... občutek varnosti, upoštevanje pravil, rutina,
- ... umakniti/blaziti bolezenska stanja,
- ... naravna pomoč: Bachove cvetne esence/homeopatija ...

... pri zmanjševanju stresorjev moramo začeti v ŽIVLJENJSKEM OKOLJU PSA (domače okolje) ... v splošnem preverjamo sledeče faktorje: čas, ki ga pes preživi sam ... količina počitka/spanja ... aktivnosti (način igre s skrbnikom ... druženje s psi ... hoja/hribi/tek ... vadbe in vrsta vadb: zaposlitve nosu in zaposliteve telesa) ... hrana (vrsta hrane) ... ostali družinski člani (otroci, živali, obiskovalci) ... okolje v katerem se pes nahaja (dvorišče, urbano/naravno okolje ... optimalna izbira glede na nagone psa) ...

... STRESORJE 'UMIKRAMO' POSTOPOMA ... da se čustven svet psa uravnoteži je potrebno precej časa, vztrajnosti in strokovnega pristopa ... toliko časa kot se je 'stres kupičil' toliko časa (ali še več) je potrebno da se telo postopoma postavi v ravnovesje ...