

Nieśmiały pies

Tekst: Paulina Andrzejewska



Wśród psów – jak wśród ludzi – są ekstrawertycy i introwertycy. Do tych pierwszych zaliczymy zwierzęta odważne, otwarte i chętne do relacji. Te drugie będą raczej stronić od kontaktów. Jak zbudować w nich poczucie bezpieczeństwa oraz zaufanie do ludzi i innych psów?

Psy nieśmiałe to psy wycofane z życia społecznego. Niechętnie wchodzi w interakcje z innymi ludźmi czy zwierzętami, łatwo się płoszą i z trudem dają się przekonać do nowych rzeczy. Często opiekunowie uznają nieśmiałość za zaletę, bo ich pupile są wtedy spokojni, dużo śpią i wydają się bezproblemowi.

Nieśmiałość jest jednak pewnego rodzaju zaburzeniem behawioralnym, którego nie należy bagatelizować. U jego podstaw leży brak poczucia bezpieczeństwa i pewności siebie. Kiedy zdamy sobie z tego sprawę, wtedy spokój i grzeczność zwierzęcia przestają być cechami tak pożądanymi, jak były na początku.

Warto też mieć świadomość, że **psy, które dużo szczekają i wydają się agresywne, tak naprawdę mogą być nieśmiałe. Dlaczego tak się zachowują? Prawdopodobnie wcześniej dawały swoim opiekunom subtelniejsze sygnały, aby nie wprowadzali ich w sytuacje, z którymi sobie nie radzą.** Ludzie jednak źle odczytali lub zlekceważyli te sygnały, więc zwierzęta sięgnęły po bardziej dosadne komunikaty, które nie zostaną zignorowane.

Przyczyny psiej nieśmiałości

Jest ich naprawdę mnóstwo, począwszy od nieodpowiedniej socjalizacji po predyspozycje odziedziczone po matce czy ojcu. Znaczenie mają również traumy z okresu dorastania. Jeśli pies dorastał w schronisku, to trudno się dziwić jego ostrożności w interakcjach z innymi psami czy ludźmi. Jeśli urodził się w szopie pośrodku lasu, to raczej nie doświadczył dobrych kontaktów z ludźmi, więc bywa wobec nich ostrożny i nieufny.

Zdarza się jednak, że jako szczeniak pies jest wyjątkowo otwarty na nowe rzeczy, chętnie poznaje wszystko, co go otacza, ale jako dorosły pies nagle staje się nieśmiały. Oczywiście ta nieśmiałość nie dzieje się „nagle”. Stanowi ona sumę drobnych sytuacji i reakcji powtarzanych przez miesiące czy nawet lata, które spowodowały, że pies wycofuje się lub jest bardziej ostrożny w interakcjach z ludźmi i psami bądź po prostu ma mniejszą motywację do treningu. Łatwiej się rozprasza, trudno mu się skoncentrować albo nadmiernie reaguje na każdy bodziec.

Trzy pomocne rzeczy

Psy nieśmiałe mają tendencję do szybkiego rezygnowania z ćwiczeń czy interakcji, które nie dają im satysfakcji. Prosty przykładem może być zabawka węchowa, z której pies wyjada smaczki i zaspokaja w ten sposób naturalną potrzebę zdobywania posiłku. Część psów jednak bardzo szybko rezygnuje z takiej zabawy już przy pierwszych trudnościach. Trzeba je dodatkowo zachęcać do węszenia, wyciągać smakołyki na wierzch, żeby ponownie zainteresowały się tego typu zabawkami.

Oczywiście nie jesteśmy w stanie z psa nieśmiałego zrobić superodważnego osobnika, który niczego i nikogo się nie boi. Są jednak trzy rzeczy, dzięki którym możemy pomóc naszym ulubieńcom stopniowo odzyskać poczucie komfortu i spełnienia.

1. Poczucie bezpieczeństwa. To jedna z najważniejszych rzeczy w życiu psa. Bez niej nie zbudujemy z nim dobrej relacji ani też nie będzie on chętny do nauki nowych umiejętności. Trzeba również pamiętać, że poczucie bezpieczeństwa u psa nie zbudujemy w kilka dni czy tygodni – często jest to praca trwająca miesiące, a nawet lata.

Co tworzy w psie poczucie bezpieczeństwa? Bardzo często są to proste, codzienne rzeczy. Przede wszystkim słuchanie wysyłanych przez niego komunikatów – jeśli będziemy potrafili prawidłowo je odczytać, to częściej skorzysta z naszego wsparcia.

Przykładowo: na spacerze nasz ulubieniec wyraźnie komunikuje, że obawia się nadchodzącego psa i nie chce kontaktu z nim (odwraca głowę, wskazuje kierunek, w którym chciałby pójść, zaczyna węszyć). Jeśli potraktujemy poważnie te sygnały i zaproponujemy wyjście z sytuacji, to pies poczuje, że może na nas liczyć. Częściej poprosi nas o wsparcie i z czasem przestanie się obawiać większości zewnętrznych bodźców, bo będzie wiedział, że go słuchamy i potrafimy odpowiednio zareagować.

2. Budowanie pewności siebie. Z pomocą przyjdą proste treningi i zabawy nastawione na sukces u psa. Chodzi przede wszystkim o to, aby wszelkie zabawy czy wspólne interakcje były dopasowane do możliwości zwierzęcia. Jeśli podczas treningu zbyt wysoko zawiesimy mu poprzeczkę, to zacznie się frustrować. Jeśli jednak zaplanujemy takie aktywności, w których nasz czworonóg będzie czuł się

komfortowo, to małe sukcesy przyjdą z dużą łatwością. Wtedy pies poczuje się szczęśliwy i wzrośnie u niego poziom endorfin – właśnie w ten sposób zbuduje pewność siebie.

3. Szanowanie psych granic. Jest taki mit, który mówi, że jeśli będziemy psa od małego zabierać w różne miejsca, oswajając z trudnymi rzeczami, to stopniowo się do nich przyzwyczai i nie będą go one frustrować. Nic bardziej mylnego. Jeśli pies nie chce brać w czymś udziału (interakcji z innym psem czy człowiekiem albo treningu), to znaczy, że warunki są dla niego za trudne. Zwróćmy więc uwagę na kilka rzeczy: czy pies szybko się rozprasza podczas wspólnego treningu, czy odchodzi na bok na widok innych psów, czy zaczyna szczekać albo chować się za nogami opiekuna, kiedy skracą się dystans między nim a bodźcem, którego się obawia. **Szanujmy granice naszych ulubieńców i jeśli widzimy, że nie czują się komfortowo np. w tłumie ludzi, to nie zabierajmy ich do kawiarni. Jeśli nie radzą sobie z emocjami w towarzystwie innych psów, to nie chodźmy z nimi do psich parków.** W ten sposób pokażemy im, że ich samopoczucie i komfort są dla nas ważne.

Pamiętajmy też, że musimy zadbać o wszystkie powyższe elementy równocześnie – osobno żaden z nich nie będzie do końca skuteczny. Zmiana to proces zachodzący zarówno w naszych głowach, jak i w głowach naszych czworonożnych podopiecznych. Aranżujmy środowisko i aktywności dla nich małymi krokami, a wtedy nawet najbardziej nieśmiałe czworonogi zaczną zachowywać się coraz pewniej w różnych sytuacjach. ●

Paulina Andrzejewska

Trenerka i behawiorystka psów i kotów, działaczka edukacyjna.

