

FELNŐTT- ÉS SENIOR KUTYÁK TANÍTÁSA

Készítette:
Varga Réka
biológus és kutyaoktató
www.virtualiskutyaiskola.hu



emlékeztető

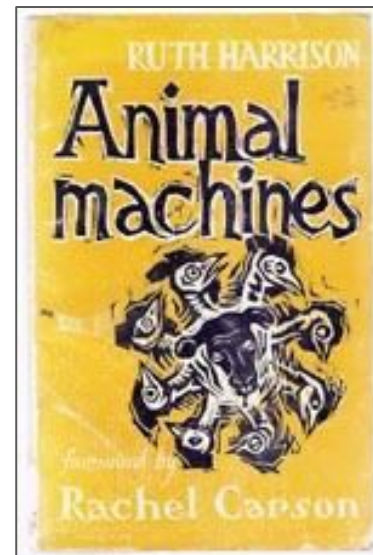
MIKOR VAN JÓL EGY ÁLLAT?

5 mentesség elve:

MENTESÜLÉS

1. az éhség, alultápláltság, a szomjúság alól
 2. a félelem, a szorongás alól
 3. a kényelmetlenség, a diszkomfort alól
 4. a betegségek, a fájdalom, a sérülések alól
- + LEHETŐSÉG**
5. a természetes viselkedés megélésére

Készítette: Varga Réka
www.virtualiskutyaiskola.hu
Minden jog fenntartva.



Ruth Harrison: Állati gépek

emlékeztető

MIKOR VAN JÓL EGY KUTYA?

Az erőszak- és büntetésmentes kutyaoktatás során törekszünk arra, hogy olyan **eszközöket és tudást adjunk a kutyatartók kezébe**, mellyel a kutya **természetes viselkedése az érzések, szükségletek az életkori sajátosságok figyelembevételével**, **biztonságos keretek között**, az emberi normákat is tiszteletben tartva érvényesülhessen. Ezáltal a kutya egészsége teret nyer testileg- mentálisan és lelkiileg egyaránt, mely segít az embereknek is visszatalálni a természetes folyamatokhoz és az egészséget eredményező egyensúlyhoz.

Készítette: Varga Réka
www.virtualiskutyaiskola.hu
Minden jog fenntartva.



EMLÉKEZTETŐ

5 mentesség elve:

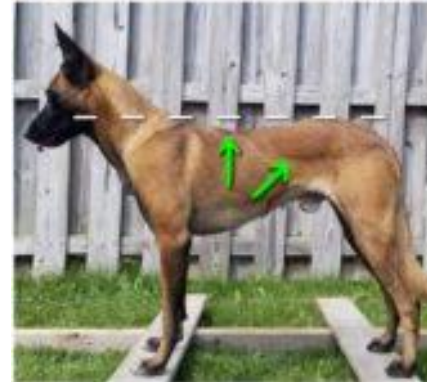
MENTESÜLÉS

1. az éhség, alultápláltság, a szomjúság alól
 2. a félelem, a szorongás alól
 3. a kényelmetlenség, a diszkomfort alól
 4. a betegségek, a fájdalom, a sérülések alól
- + LEHETŐSÉG**
5. a természetes viselkedés megélésére

A kutyák életkorának előrehaladtával gyakran kialakul a “homorú hát” Oka: nem megfelelő minőségű testmozgás, hasizom gyenge, csípő környéke terhelt, illetve a nem megfelelő táplálás is hozzájárulhat ehhez.

Gyakori jelenség városban tartott kutyáknál (kifejezetten napi szinten lépcsőző kutyáknál) és kertben tartott kutyáknál egyaránt.

Kutyafitness gyakorlatokkal, célzott tornáztatással a kutya egészsége és életminősége javítható még senior korban is! A kutya tanítási rutinjába beépíthető gyakorlatok növelik a vitalitást, elősegítik a megfelelő izomhasználatot, fejlesztik az egyensúlyérzékét, ami mentálisan és lelkileg egyaránt támogatják a kutya jóllétét (testtudat és önbizalom fejlesztés). Kifejezetten ajánlott a napi rutinba illeszteni felnőtt korban: félénk/ szorongó, hiperaktív/ túlzottan aktív és reaktív kutyáknak egyaránt.



KUTYA ÉLETKORI SAJÁTOSSÁGAI

	KÖLYÖKKOR	ÁTMENET	FELNŐTTKOR	ÁTMENET	SENIOR KOR
ÉLETKOR	születéstől ~ 5 hónapos korig	~6-9 hónapos korig	~9-12 hónapos kortól	~6-8 éves korig	~8 éves kortól a kutya haláláig (~10-17 év)
KUTYAOKTATÁSBAN HANGSÚLYOS	MEGELŐZÉS <u>1. félelmi periódus!</u>	MEGELŐZÉS <u>2. félelmi periódus!</u> vadászösztön felélénkülése, ivaréérés időszaka	SZINTEN TARTÁS <u>2. félelmi periódus</u> akár 16 hónapos korig!	DEMENCIA MEGELŐZÉS	SZINTEN TARTÁS test leépülés (érzékszervek és vázizom szintjén elsődlegesen)
EKKOR ÉRDEMES:	felkészítés az emberi világra, együttműködés, kommunikáció, vadászösztön játékba terelése, szocializáció, koncentráció, természettel való érintkezés	összetettebb feladatok tanítása, szabályok és határok egyértelmű tanítása	nagyobb fizikai aktivitású tevékenységek a gazdival (futás, túrázás), problémamegoldó feladatok, komplex feladatok	mélyizmok erősítése, testtudat fejlesztése, egyhegyű koncentrációt fejlesztő gyakorlatok, természettel való érintkezés, ízületek kímélése	egyszerű feladatok, egyhegyű koncentrációt fejlesztő gyakorlatok, mélyizmok/ testtudat fejlesztés (izomsorvadás lassítása, ízületek) kímélése



KUTYA FELNŐTTKORI SAJÁTOSSÁGAI

6-12 hónapos kor között

- **személyiségjegyek alakulása:**

szangvinikus→ élénk kiegyensúlyozott, **kolerikus**→ ingerlékeny, gyorsan pörögnek be de lassan nyugszanak le, **flegmatikus**→ nyugodt, lassan pörög be, gyorsan nyugszik le, **melankólikus**→ gátlásos, félelem és lefagyás

- **2. félelmi periódus:**

egészen a kutya 16 hónapos koráig is tarthat

- **ivarérés időszaka:**

hormonális változások, motiváció pázrás

- **javasolt aktivitás alakulása:**

-6 hónapos korban 2x30 perc séta, rövid kocogás

-8-9 hónapos kor között 2x50 perc séta, 1 km kíméletes (pihenőkkel egybekötött) futás

-10-11 hónapos kor között 2x60+ perc séta, 1 km intenzívebb futás

-12 hónapos kortól akár 2-5 km futás, nagyobb túrázás

Készítette: Varga Réka

www.virtualiskutyaiskola.hu

Minden jog fenntartva.



KUTYA ÉLETKORI SAJÁTOSSÁGAI

	KÖLYÖKKOR	ÁTMENET	FELNŐTTKOR	ÁTMENET	SENIOR KOR
ÉLETKOR	születéstől ~ 5 hónapos korig	~6-9 hónapos korig	~9-12 hónapos kortól	~6-8 éves korig	~8 éves kortól a kutya haláláig (~10-17 év)
KUTYAOKTÁTSÁBAN HANGSÚLYOS	MEGELŐZÉS <u>1. félelmi periódus!</u>	MEGELŐZÉS <u>2. félelmi periódus!</u> vadászösztön felélénkülése, ivaréérés időszaka	SZINTEN TARTÁS <u>2. félelmi periódus</u> akár 16 hónapos korig!	DEMENCIA MEGELŐZÉS	SZINTEN TARTÁS test leépülés (érzékszervek és vázizom szintjén elsődlegesen)
EKKOR ÉRDEMES:	felkészítés az emberi világra, együttműködés, kommunikáció, vadászösztön játékba terelése, szocializáció, koncentráció, természettel való érintkezés	összetettebb feladatok tanítása, szabályok és határok egyértelmű tanítása	nagyobb fizikai aktivitású tevékenységek a gazdival (futás, túrázás), problémamegoldó feladatok, komplex feladatok – KUTYÁS AKTIVITÁSOK!	mélyizmok erősítése, testtudat fejlesztése, egyhegyű koncentrációt fejlesztő gyakorlatok, természettel való érintkezés, ízületek kímélése	egyszerű feladatok, egyhegyű koncentrációt fejlesztő gyakorlatok, mélyizmok/ testtudat fejlesztés (izomsorvadás lassítása, ízületek) kímélése

Készítette: Varga Réka www.virtualiskutyaiskola.hu

Minden jog fenntartva.

Készítette: Varga Réka

www.virtualiskutyaiskola.hu

Minden jog fenntartva.



KUTYA SENIOR KORI SAJÁTOSSÁGAI

A kutyák méretüktől függően más- más életkorban lépnek az idős (senior) korba.

Kis méretű kutyák	Közepes méretű kutyák	Nagy testű kutyák
~11-12 évesen	~9-10 évesen	~7-8 évesen

Senior

- az izmok sorvadnak,
 - ízületekben porckopás folyamata indulhat el,
 - az érzékszervek tompulnak
- mindezek hatására a kutya viselkedése is megváltozhat.

Tanításban előtérben: izmok átmozgatása, idegrendszer szinten tartása, mélyizmok erősítése, testpózok kitartása, koncentrációt igénylő feladatok tanítása, vadászösztönt kielégítő feladatok tanítása (**szimatfeladatok!**- **“orránál fogva” vezetés folyamatos ételkontaktussal**).

korban:

KUTYA SENIOR KORI DEMENCIA JELEI ÉS MEGELŐZÉSI LEHETŐSÉGEI



DEMENCIA JELEI	MEGELŐZÉSI LEHETŐSÉGEI
<ul style="list-style-type: none">- emlékezet kiesés (ismerős embereket/ állatokat nem ismer fel)- a megszokotthoz képest lassabban tanul (nehézséget okoz már ismert feladatok elvégzése is)- ismert helyen (otthon) nem nyugszik meg, relaxált állapotot nem tudja elérni- agresszív viselkedés felerősödhet (még ismerős helyzetben is, ami korábban nem okozott félelmet vagy szorongást a kutyában)	<ul style="list-style-type: none">- kutya tanítása, mentális "fittség" fenntartása (szimatfeladatok ideálisak: egy fókuszpontot megadva a kutyának, akár étel keresése)- fizikai aktivitás testtudat fejlesztéssel (kutyafitness, falat kézben követése, instabil eszközökön tornáztatás)- megfelelő táplálás és odafigyelés már a kutya felnőtt és senior kor határán- erdei séták (neutrális közeg)

EMLÉKEZTETŐ

5 mentesség elve:

MENTESÜLÉS

1. az éhség, alultápláltság, a szomjúság alól
 2. a félelem, a szorongás alól
 3. a kényelmetlenség, a diszkomfort alól
 4. a betegségek, a fájdalom, a sérülések alól
- + LEHETŐSÉG**
5. a természetes viselkedés megélésére

Készítette: Varga Réka www.virtualiskutyaiskola.hu Minden jog fenntartva.

MIÉRT FOGLALKOZUNK A KUTYA TANÍTÁSÁVAL FELNŐTT KORÁBAN?

Egy kutya élete végéig képes tanulni és új ismereteket elsajátítani amellet, hogy a kölyökkori élmények befolyásolják jelen idejű reakcióit, és ebből fakadó viselkedését.



A DINAMIKUSAN VÁLTOZÓ EMBERI KÖRNYEZET manapság megköveteli a kutya élete végéig tartó szocializációját a fejlettebb társadalmakban.

(Egyre több elektronikai használati tárgy - rezgések, ami amiket a kutya érzékel-, egyre több eszközök, amik gyors mozgást végeznek/ magas/,intenzív hangokat adnak - kulcsingerek a kutya számára, vagy mély hangokat adnak ki- amit a kutya veszélyforrásnak érzékelhet.)



Készítette: Varga Réka www.virtualiskutyaiskola.hu Minden jog fenntartva.

MIÉRT FOGLALKOZUNK TANÍTÁSÁVAL A KUTYA FELNŐTT KORÁBAN?

MINDEN AMI VÁLTOZÁS, STRESSZ A KUTYA SZÁMÁRA,
*aki ragadozó állatként alap természetétől fogva kíváncsi,
ugyanakkor félénk is.*



Stressz = ingerre adott válaszreakció, mely kibillentheti a testi és/ vagy mentális és/ vagy lelki egyensúlyt. **A stressz két fajtája az eustressz és a distressz.**

*A kutya szervezete (ahogy minden más élő szervezet) a működése során a **belső egyensúly megtartására törekszik.** Ez a **belső egyensúly a homeosztázis.***



MIÉRT FOGLALKOZUNK A KUTYA TANÍTÁSÁVAL FELNŐTT KORÁBAN?

A kutya számára az emberi környezetben számos inger (pl. *gyors mozgás, magas hangok, intenzív szagok*) stresszt kiváltó forrás (stresszor) lehet.

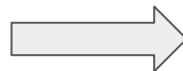
STRESSZ: ingerre adott válaszreakció, mely a testi és/ vagy mentális egyensúlyt megzavarhatja. ((*A kutya szervezete (ahogy minden más élő szervezet) a működése során a belső egyensúly megtartására törekszik. Ez a belső egyensúly a homeosztázis.*))

Eustressz= pozitív stressz (pl. játék közben)-
rövidtávon fokozza az adrenalin és a kortizol termelést
((a kutya közeledik, érdeklődik az inger forrása iránt))

Distressz= negatív stressz (pl. hirtelen hangos/
hosszantartó intenzív hanghatás) -
hosszútávon fokozza az adrenalin és a kortizol termelést
((a kutya távolodik/ lefagy/ támad, veszélynek érzékeli az inger forrását))



Egy példa a pozitív stresszre: munkakutyák.



Eustressz= pozitív stressz (pl. játék közben)-
rövidtávon fokozza az adrenalin és a kortizol termelést

Distressz= negatív stressz (pl. hirtelen hangos,
hosszantartó hanghatás) -
hosszútávon fokozza az adrenalin és a kortizol termelést



- az **adrenalin termelés hatása**: a szívritmust fokozza, növeli a vérnyomást, szaporább légvételt eredményez, a vércukorszintet növeli, izomtónust fokozza

-a **kortizol termelés hatása**: csökkenti az immunválaszt

ÁTLAGÉRTÉKEK EGY EGÉSZSÉGES KUTYA NYUGALMI ÁLLAPOTÁBAN

- **vérnyomás normálérték**

110/80-160/100

- **szívdobbanás/ perc**

120-160 szívdobbanás/ perc kölyök és kistermetű kutyák esetében
60-120 szívdobbanás/ perc közepes- és nagyméretű kutyák esetében

- **testhőmérséklet**

38-39

- **átlagos légzés ritmusa**

10-35 légvétel / perc

EUSTRESSZ



Az eustressz **többlet energiát biztosít a kutya szervezete számára**, mely rövid távon támogatja a menekülés/ támadás/ megadás, “lefagyás”, vagy a zsákmány felderítés/ üldözés/ elejtés viselkedéseket.

Félelem és izgatottság is jelen lehet az eustressz során, viszont **a kutya az eustressz állapotából fel tudja magát oldani, hosszútávon nem “ragad benne” a feszültségben.**

A feszültség nem gyülemlik fel, a kutya a fölös energiát leadja, ezt jelzik az “önkioldást”

mutató viselkedések pl. leggyakrabban a bunda megrázása, ásítás, hempergés, mely hatására a kutya izomzata ellazultabbá válik.

Eustresszt válthat ki pl. egy játéktárgy is (pl. sípolós játék), mely a zsákmányt felderítő, üldöző, elejtő viselkedést (ragadozó viselkedést) aktiválhatja.



DISTRESSZ

Hatására a testben akár napokig, hetekig, hónapokig, évekig fokozza a szívritmust, növeli a vérnyomást, szaporább légvételt és vércukorszintet, feszes izmokat eredményez és csökkenti az immunválaszt. Hatására a kutya **szervezete egy idő után kimerül**, betegség jelenhet meg: cukorbetegség, szívritmuszavar, sztrók, szívroham, merev izomzat, magas vérnyomás, idegrendszeri problémák.

A hosszabb időn keresztül fennálló distressz a kutya viselkedésében szorongáshoz, fokozott agresszív viselkedéshez, koncentrációs zavarokhoz, szétszórt figyelemhez, ismétlődő (repetitív) viselkedéshez (pl. fény/ árnyék/ saját fark kergetése, önpusztító viselkedés pl. mancsok rágása, hirtelen és kiszámíthatatlan reakciókhoz, fokozott ugatáshoz stb. vezethet.

A kutya a distressz hatása alatt **nem tudja magát feloldani. A feszültség felgyülemlik, a kutya a fölös energiát nem tudja leadni, ezt jelzi, hogy az “önkioldást” mutató viselkedések nem jelennek meg, a kutya izomzata feszes marad.**



Homeosztázis fenntartásának támogatása a kutyaoktatás ideje alatt

Az erőszak- és büntetésmentes kutyaoktatás során a kutya számára a természetesen nyugodt **egyensúlyi állapot**ba való visszatérés, a **megfigyelő állapotban történő tanulás** tanítása elsődleges, hogy a különböző ingerek hatása közepette is egészséges maradjon a kutya testileg, mentálisan és lelkileg egyaránt.



ÁTLAGÉRTÉKEK EGY EGÉSZSÉGES KUTYA NYUGALMI ÁLLAPOTÁBAN

- vérnyomás normálérték

110/80-160/100

- szívdobbanás/ perc

120-160 szívdobbanás/ perc kölyök és kistermetű kutyák esetében, 60-120 szívdobbanás/ perc közepes- és nagyméretű kutyák esetében

- testhőmérséklet

38-39

°C

- átlagos légzés ritmusa

10-35 légvétel / perc



STRESSZOROK

- a **gyors mozgás** (pl. hirtelen elsuhanó autó),
- a **villódzó fényhatások** (pl. TV, monitor fényei, utcai fények),
- **hirtelen hanghatások** (pl. durránás, éles hangok pl. kapucsengő, hangok a TV-ből, rádióból),
- **különös rezgések** (pl. metró, autók),
- **erős szagok** (pl. szmog, autó kipufogó, emberi parfümök és légrfrissítők, tisztítószeres, öblítők stb.).



Ezek a külső ingerhatások, ha a kutya érzékszervi ingerküszöbét átlépő intenzitással érkeznek, úgynevezett **stresszorokká (stresszt kiváltó ingerekké)** válnak a kutya szervezete számára.

- *hangok,*
- *mozgások,*
- *fények- és árnyak, formák,*
- *szagok és illatok,*
- *ízok,*
- *érintések és így tovább, minden olyan erőteljes hatás,* ami a kutya különböző érzékszerveire egyenként vagy több érzékszervet érintve intenzív hatással van.



Attól függően, hogy a kutya számára milyen érzetekkel jár a belső állapotváltozás; lehetnek

- **kellemetlen érzetek**, melyek intenzitástól függően, a kutyát *meneülésre vagy támadásra vagy, ha a közelében marad feszült állapotot* idéz elő, “lefagyás” (**eltávolodás a kellemetlen** érzést okozó forrástól *vagy közelben maradás és feszült izomzat*)
- a **kellemes érzetek**, intenzitástól függően, a kutyát *közeledésre, kapcsolódásra, érintkezésre készítetik* vagy, ha a közelében marad relaxált állapotot idéz elő, (**közeledés a kellemes** érzést okozó forráshoz, *vagy közelben maradás és laza izomzat*)

KELLEMETLEN ÉRZETEKHEZ SZOKTATÁS ALAPJAI

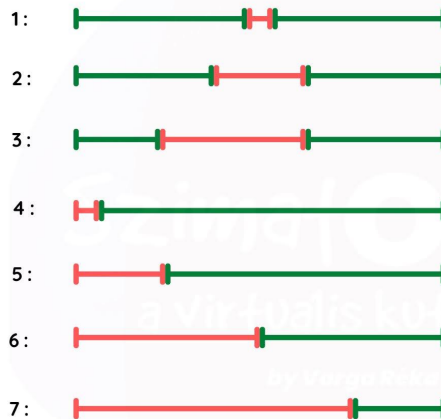
Jegyzetben: 78-80.oldal

FÉLELEM OLDÁSA/ FÁJDALOMHOZ SZOKTATÁS ALPJAI


Érzékszervre ható inger
minősége:


- kellemetlen érzetet keltő inger: 
- kellemes érzetet keltő inger: 

FOKOZATOK A FÉLELEM OLDÁSÁBAN/ FÁJDALOMHOZ SZOKTATÁSBAN:



Az ábrán a piros szín jelzi a kutyára ható inger minőségét, ami a kutyában kellemetlen érzete(ke)t idéz elő (feszültség, stressz). A zöld szín jelzi a kutyára ható inger minőségét, ami a kutyában kellemes érzete(ke)t idéz elő (nyugodt/ koncentrált állapotot vagy izgalmi/ ösztönös állapotot). Az egyes szakaszok hossza jelzi az inger jelenlétének hosszát.

 Érzékszervre ható kellemetlen érzetet kiváltó inger pl. orvosi fertőtlenítő (szaglás), keserű gyógyszer (ízérzékelés), látótérbe hirtelen belépő mozgó tárgy (látás), szőr meghúzása (tapintás), mely durranó hang (hallás).

 Érzékszervre ható kellemes érzetet kiváltó inger pl. étel illata (szaglás), étel íze (ízérzékelés), mozgó játék (látás), felszínes puha érintés (tapintás), mor tanított, behíváshoz kapcsolt figyelemfelkeltő hang vagy szemkontaktushoz kapcsolt szóbeli dicséret (hallás).

A fenti ábra irányadó a tanítás során. A kutya tanításának ütemét meghatározza a kutya egyéni határa:

- a kutya életkora és az összetettebb feladatok befogadására való készsége
- a kutya jelzése (belső feszültség kivetülése és megnyilvánulása a viselkedésben):

1. Lefagyás/ megadó állapot 2. Menekülés 3. Támadás előjelei/ jelei

