PERFECT FIT

NADPOBUDLIWY PIES – JAK POSKROMIĆ JEGO ENERGIĘ?
Placeholder for the "Links" field



# NADPOBUDLIWY PIES – JAK POSKROMIĆ JEGO ENERGIĘ?

Nadpobudliwość jest jednym z najczęstszych problemów behawioralnych zgłaszanych przez opiekunów psów. Styl życia, jaki obecnie prowadzimy, a także brak wolnego czasu przyczyniają się do niezaspokajania pierwotnych instynktów czworonogów, takich jak węszenie. Aby uniknąć nieprzewidzianych sytuacji, warto przed adopcją zwierzęcia zainteresować się specyficznymi cechami i potrzebami danej rasy.

Poniżej znajdziesz wskazówki, jak radzić sobie z nadpobudliwym psem. Dowiesz się także, jakie są przyczyny nadpobudliwości u czworonoga i czym się ona objawia.

## Dlaczego mój pies jest nadpobudliwy?

Znajomość cech charakterystycznych dla danej rasy pomoże Ci w doborze odpowiednich zadań i zabaw, które będą zaspokajać potrzeby psa. Nie tylko jednak znajomość rasy będzie Ci potrzebna. Warto zapoznać się również z etapami rozwoju czworonoga, aby uniknąć zaburzeń behawioralnych. Nadpobudliwość u szczenięcia to efekt braku zabawy, spacerów i stymulacji intelektualnej. Młode uczą się szybciej od dorosłych osobników, ale też są bardziej wrażliwe na bodźce dźwiękowe, węchowe i dotykowe. Duży stres spowodowany przez wcześniej wspomniane nasilone bodźce może wywołać zaburzenia w późniejszym etapie rozwoju psa. Bardzo ważne w tym okresie są umiejętności socjalizacji z ludźmi i innymi psami. Jeśli rozwój w tym kierunku zostanie zaniedbany, u zwierzęcia mogą wystąpić zachowania niepożądane, takie jak lęk czy nadpobudliwość. Warto dodać, że zbyt wczesne odłączenie szczenięcia od matki również może wywołać u niego syndrom nadaktywności.

Zarówno niewłaściwa opieka, jak i wynikające z niej niezaspokojenie podstawowych potrzeb

psa mogą przyczyniać się do jego nadpobudliwości. Nuda i zaburzone relacje z opiekunem wpływają negatywnie na psychikę zwierzęcia i powodują częstsze występowanie patologicznych zachowań lub złych nawyków, a także frustrację u czworonoga. Należy jednak zachować umiar i odpowiednie proporcje między aktywną zabawą a wyciszeniem. Nieumiejętność ich wyważenia może stanowić kolejną przyczynę nadpobudliwości.

Nie wszystkie przyczyny nadpobudliwości muszą mieć jednak podłoże psychologiczne. Może ona też zostać wywołana przez pasożyty lub choroby powodujące swędzenie (np. świerzbowiec, alergia, APZS).

Nadpobudliwość często wynika też z uwarunkowań genetycznych rasy. Niektóre czworonogi potrzebują większej aktywności fizycznej, dlatego, jeśli jest ona niewystarczająca, rozładowują emocje w domu. Istnieją też pewne określone sytuacje, w których psy stają się nadpobudliwe, np. gdy witają opiekuna po przyjściu z pracy, gdy dostają nowe zabawki lub podczas zabawy.

## Nadpobudliwość u psa - czym się objawia?

Objawy nadpobudliwości są bardzo łatwe do zauważenia. Pamiętaj, że nie wszystkie z wymienionych poniżej symptomów muszą wystąpić jednocześnie. Nadpobudliwy pies niszczy przedmioty domowe (np. gryzie buty i kable), a także szczeka i zachowuje się niespokojnie. Może wokalizować (szczekać, wyć), nie reagować na komendy, skakać, biegać, a nawet załatwiać się w niewłaściwych miejscach, odmawiać jedzenia lub jeść zbyt łapczywie. Może też zachowywać się chaotycznie, napierać całym ciałem na opiekuna podczas zabawy, szarpać za nogawki. Psy nadpobudliwe mało śpią i wykazują nadmierną czujność. Czasami zachowują się agresywnie. W kontaktach z innymi czworonogami prowokują bójki i nie reagują na komendy opiekuna.

## Jak uspokoić nadpobudliwego psa?

Po pierwsze, trzeba się upewnić, czy podstawowe potrzeby psa są zaspokojone. Poniżej wymieniamy te najważniejsze, o których powinieneś pamiętać.

1. Zadbaj o zbilansowaną dietę czworonoga, dostosowaną do jego masy ciała, potrzeb rasy, aktywności fizycznej i wieku.
2. Zapewnij mu bezpieczny kąt. Upewnij się, że pies ma swoje legowisko w domu, gdzie będzie mógł odpoczywać i uciekać od stresujących dla niego sytuacji.
3. Zadbaj o wystarczającą ilość snu podopiecznego. Pies, tak jak człowiek, potrzebuje odpoczynku i snu. Gdy nie będzie wypoczęty, może stać się agresywny i lękliwy.
4. Ogranicz sytuacje stresowe. Nie wyciągaj psa na siłę, gdy przyjdą goście. Zmuszanie go do aktywności, które nie sprawiają mu przyjemności lub których się boi, przyczynią się do występowania stanów lękowych. Zbyt niska lub wysoka temperatura także może powodować stres u psów.
5. Sprawdź, czy nic mu nie dolega. Czasami nadpobudliwość u psa może być jednym z objawów choroby. Gdy zauważysz u niego niepokojące objawy, natychmiast skontaktuj się z lekarzem weterynarii.
6. Zadbaj o regularny tryb życia podopiecznego. Pies musi mieć stały rozkład dnia: posiłki o tej samej porze, systematyczne spacery, zabawa. Powinny go obowiązywać też pewne zasady, które konsekwentnie trzeba egzekwować.
7. Określ granice. Zwierzę musi wiedzieć, kiedy przestać. Upomnij psa (np. słowem „zostaw”), kiedy ciągnie Cię za nogawkę. Niech „siad” lub „zostań” staną się

podstawową komendą.
8. Pies ma behawioralną potrzebę żucia i gryzienia. Należy zapewnić mu bezpieczną formę realizacji tej potrzeby, np. poprzez podawanie przysmaków. Warto zainteresować się gryzakami dentystycznymi, które nie tylko zajmują uwagę czworonoga, lecz także są zdrowe i wspomagają higienę jamy ustnej.

## Skup się na aktywności fizycznej psa

Pies potrzebuje ruchu, a nadpobudliwy pies potrzebuje go jeszcze więcej. Zabawa to idealny sposób na rozładowanie energii. Opiekunowie powinni bawić się ze swoimi podopiecznymi przez całe ich życie oraz używać zabawy podczas treningu jako pozytywnego wzmocnienia. Należy jednak zachować umiar - bawić się, ale też pozwolić psu na wyciszenie.

Zależnie od potrzeb zwierzęcia stosuj treningi od podstawowych komend „siad” lub „zostań” aż do agility i innych psich sportów. Poniżej znajdziesz listę czynności, dzięki którym pies wykorzysta nadmiar energii.

- Chodź z czworonogiem na długie spacery. Nadpobudliwe psy potrzebują przynajmniej trzech spacerów dziennie, w tym jednego długiego. Koniecznie trzeba zadbać o tego rodzaju przechadzki, nawet jeśli mieszkasz w domu z podwórkiem. Oprócz wybiegania pies na spacerze socjalizuje się z innymi zwierzętami, węszy i poluje. Pozwól mu także na pływanie, jeśli masz taką możliwość.
- Próbuj różnych rodzajów aktywności, żeby zwierzę się nie nudziło. Oprócz tradycyjnego aportowania możesz pobawić się z nim także w chowanego, rzut dyskiem czy obręczą. Pozwól mu także na zabawę z innymi psami.
- Kontynuuj zabawę w domowych warunkach, jeśli zwierzę wciąż jest nadpobudliwe. Zaangażuj w to wszystkich członków rodziny.
- Możesz sprawić swojemu psu przyjemność, robiąc mu specjalny masaż
- Jeśli Twój pies należy do miłośników kopania możesz zorganizować mu miejsce do realizacji tej czynności np. piaskownicę lub fragment grządki w Twoim ogródku.

Podczas treningu, pamiętaj o cierpliwości i metodzie małych kroków. Nadpobudliwy pies często się rozprasza, a przez to może przyswajać nowe umiejętności wolniej niż się spodziewasz. Stosuj pozytywne motywowanie (nagrody za właściwe zachowanie, brak kar). Uważaj też, aby nagradzać pupila tylko za prawidłowo wykonane zadania.

## Nie zapomnij o stymulacji intelektualnej

Zabawy intelektualne i trening są równie ważne, jak aktywność fizyczna. Możesz wykorzystać matę węchową, która idealnie nadaje się do stymulacji intelektualnej. Jest to mata składająca się z gumowej wycieraczki i pociętych materiałów, w której można ukryć psie przysmaki. Zwierzę musi się skoncentrować, żeby je znaleźć. Możesz też dać mu do powąchania jego ulubiony smakołyk, następnie zamknąć w pudełku z dziurkami i położyć na ziemi. Pies będzie musiał nieźle się nagłowić, żeby wyciągnąć go z pudełka. Pobaw się z czworonogiem w chowanego lub daj mu zabawki kreatywne, które stymulują rozwój intelektualny. Zwykle zawierają przysmaki pobudzające go do rozszyfrowania zabawki i odnalezienia przysmaku.

To, że Twój pies jest nadpobudliwy, wcale nie znaczy, że musisz to zaakceptować. Wielu opiekunów uważa, że taka jest natura czworonoga i nic z tym nie można zrobić. Jeśli wykorzystasz powyższe zasady, będziesz wiedział, jak wyciszyć nadpobudliwego psa. Jeżeli

jednak sądzisz, że sytuacja wymyka się spod kontroli, skonsultuj się z behawiorystą. Pod żadnym pozorem nie dawaj psu leków bez konsultacji z lekarzem weterynarii. Takie medykamenty mogą zagrozić zdrowiu lub życiu czworonoga.

## Powiązane artykuły

### 5 POMYSŁÓW NA ZABAWĘ ZE SZCZENIAKIEM

Szczenięta to czysta energia i radość.

PRZECZYTAJ ARTYKUŁ

### JAK NAUCZYĆ PSA WŁAŚCIWEGO ZACHOWANIA

Dowiedz się, jak sprawić, by pies usiadł, położył się i przestał. Poznaj wskazówki, jak przejąć kontrolę nad jego nieskrępowaną naturą i cieszyć się z wyzwań!

PRZECZYTAJ ARTYKUŁ

### BIEGANIE Z PSEM – JAK ZACZĄĆ? KTÓRE RASY BĘDĄ SKORE DO DŁUGICH DYSTANSÓW?

Bieganie z psem to świetny pomysł na wspólną aktywność: zarówno z perspektywy opiekuna, jak i podopiecznego. Nie wszystkie psy jednak odnajdą się w biegach długodystansowych.

PRZECZYTAJ ARTYKUŁ

### SZKOLENIE PSÓW – CZY MOŻNA ZROBIĆ TO SAMODZIELNIE? JAK ZROBIĆ TO DOBRZE?

Opiekowanie się psem wiąże się z ogromną ilością przyjemności i radości. Wymaga także zaangażowania i wypełniania obowiązków. Jednym z nich jest odpowiednie wychowanie czworonożnego przyjaciela. W tym celu wiele osób decyduje się na profesjonalne szkolenie psów oferowane przez behawiorystów. Jest to dobry sposób na osiągnięcie szybkich efektów: ułożenie pupila i nauczenie go reagowania na komendy. Często pojawia się jednak pytanie, jak wyszkolić psa samodzielnie. Przedstawiamy sprawdzone sposoby!

PRZECZYTAJ ARTYKUŁ

WSZYSTKIE ARTYKUŁY

---

**Source URL:**
*https://www.perfect-fit.pl/pies-wskazowki/ruch/nadpobudliwy-pies-jak-poskromic-jego-energie*