



O SYGNAŁACH USPOKAJAJĄCYCH/ STRESU

Psy w naszych domach mieszkają od jakiś 14tyś. lat, a może i od 30tyś. lat. Nikt tego dokładnie nie wie. No, ale umówmy się, nie jest to tydzień, miesiąc, rok, nie jest to nawet 5 lat. Wypada już znać psią mowę ciała, znać sposoby i sygnały, którymi psy komunikują się z otoczeniem.

Czy wiesz, jak Twój pies komunikuje się z innymi psami, ludźmi i innymi zwierzętami? Czy wiesz, co oznacza dana postawa ciała Twojego psa w danej sytuacji? Czy umiesz rozpoznać psie sygnały, którymi Twój pies próbuje Ci powiedzieć, że jest zestresowany, że nie czuje się komfortowo? **MUSISZ TO WIEDZIEĆ!**

Umiejętność rozpoznawania tych sygnałów powinna być pierwszą i podstawową rzeczą, którą musi mieć każdy opiekun psa.

Zwłaszcza ważna jest umiejętność rozpoznawania u swojego psa sygnałów stresu. A dlaczego to takie ważne? Ano dlatego, że czytelna komunikacja i zrozumienie psiej mowy ciała ma bardzo duże znaczenie zwłaszcza w kontekście unikania konfliktów, unikania niepotrzebnej konfrontacji, unikania sytuacji potencjalnie niebezpiecznych dla nas, dla psów i otoczenia.

Psy z natury "wołą" uniknąć potencjalnie niebezpiecznych sytuacji i wbrew pozorom, bardzo czytelnie to komunikują. Psy posługują się sygnałami, których my często nie rozumiemy, albo je ignorujemy, albo nie zdajemy sobie sprawy, że "to coś" w zachowaniu psa w ogóle coś znaczy i jest np. próbą zakomunikowania nam, że czuje się niekomfortowo i należy np. odejść od psa.

By uniknąć konfliktowych, potencjalnie niebezpiecznych sytuacji, psy posługują się tzw. sygnałami uspokajającymi, obecnie częściej nazywanymi "sygnałami stresu". Są to sygnały które, zazwyczaj inny pies umie odczytać i co najważniejsze: respektować. I tak zmieniać swoje zachowanie, by nie zagrażać zestresowanemu psu. Oczywiście pomijając psa, który jest już w trakcie ataku na drugiego psa, i tutaj żadne sygnały pochodzące od psa atakowanego raczej do mózgu psa atakującego już nie dotrą. Czasami sygnały są bardzo krótkie, ledwie dające się zauważyć, a czasami przeciągane, kiedy pies czeka aż inny osobnik (pies, człowiek, inne zwierzę) uspokoi się, zmieni zachowanie. Jeśli te sygnały nie zadziałają, pies zaczyna przechodzić do reakcji obronnych tj. jeśli ma możliwość: zwiększanie dystansu, ucieczka lub ostrzeżenie warczeniem, kłapanie pyskiem, szczekaniem bądź zachowanie przeradza się w agresję - atak.

Najwięcej "zamieszania" z próbą opisania i właściwego zinterpretowania tych sygnałów zrobiła pani Truid Rugass w swej książeczce "Sygnały uspokajające. Jak psy unikają konfliktów". Wiemy już, że obserwacje pani Rugass nie są podparte żadnymi badaniami naukowymi (tutaj bardzo pomocne dla mnie było Seminarium prof. Clive'a Wynne'go w Krakowie), to jednak każdy, kto miał do czynienia kiedyś z psami, wie, że faktycznie coś jest na rzeczy z tymi sygnałami.



Oczywiście, możemy nie zgadzać się, co do stanowiska pani Rugass w sposobie wychowywania psów, w tym, czy należy naśladować psie sygnały uspokajające, czy nie naśladować - bo, skoro już wiemy, że sygnał uspokajający, jest tak naprawdę sygnałem stresu, to czy naśladowując dany sygnał, dajemy psu właściwy komunikat? Przecież naśladowując sygnały stresu, okazujemy mu, że jesteśmy zestresowani. A czy pies potrzebuje zestresowanego opiekuna? Zwłaszcza, kiedy sam ten stres przeżywa? No, raczej nie. Pies potrzebuje wsparcia od opiekuna a nie stresującego się z nim opiekuna - to jednak należy znać sygnały stresu, należy bacznie obserwować swojego psa i wyłapywać nawet najmniejsze/najkrótsze sygnały.

Bo właśnie nam, opiekunom i miłośnikom psów często się wydaje, że o psach wiemy wszystko, no może niemal wszystko i że doskonale je rozumiemy. Jakże jesteśmy zdziwieni, kiedy się okazuje, że pies "bez powodu" zaczyna "nagle" warczeć, zaczyna "bez powodu" nagle stawać się nerwowy, "bez powodu" kogoś ugryźć, czy "bez powodu" zaczął unikać bezpośredniego kontaktu z ludźmi (głaskania, przytulania). Czy aby na pewno to wszystko dzieje się bez powodu? Najczęściej, dopiero spotkanie z behawiorystą, szkoleniowcem, czy kontakt z lekturą na temat psiej mowy ciała uświadamia nam, jak wiele błędów popełnialiśmy i jak długo nasz pies był wobec nas **TOLERANCYJNY**.

Tolerancja - to jedna z najcenniejszych cech naszych psów. W związku z tym, że psy są zwierzętami "silnie społecznymi", tzn. zdolnymi do budowania i dążącymi do budowania silnej więzi emocjonalnej z ludźmi i innymi psami, innymi zwierzętami, to są w stanie wiele "wybaczyć" swoim opiekunom czy innym psom, z którymi tworzą stado (określenie STADO odnosi się wyłącznie do grupy osobników w obrębie tego samego gatunku. W innym kontekście możemy tego określenia używać wyłącznie w cudzośowie).

Mimo że ludzie bądź inne zwierzęta przez długi czas zachowują się wobec danego psa bardzo konfrontacyjnie, sprawiając mu dyskomfort, pies jest w stanie to tolerować. Jednak przychodzi moment, że najspokojniejszy pies zaczyna takiego stanu rzeczy mieć dość. A to prosta droga do poważnych problemów z emocjami psa, która może doprowadzić do wielu problemów, jak choćby utrata zaufania do opiekuna i innych zwierząt, niechęć do wchodzenia w relacje z innymi zwierzętami i ludźmi, depresji, na wyuczonych bezradności kończąc, a w przypadku psów bardziej reaktywnych do zachowań agresywnych.

Musimy pamiętać, że pies komunikuje się z otoczeniem wysyłając bardzo różne sygnały (sygnały stresu, są jednymi z wielu), które się przenikają, które się łączą. Czasami sygnały nie są jednoznaczne i jeśli sami nie jesteśmy w stanie zauważyć mowy ciała naszego psa, zawsze warto spotkać się z dobrym behawiorystą, szkoleniowcem, który będzie w stanie wytłumaczyć nam, co dane zachowanie psa znaczy w (UWAGA!) danej, konkretnej sytuacji.

Analizując zachowanie danego psa **ZAWSZE** musimy mieć cały obraz sytuacji, **kontekst** sytuacji. Bywa tak, że zachowania afiliacyjne błyskawicznie mogą przejść w zachowanie agresywne, co może być reakcją na zachowanie drugiego psa/człowieka. Musimy też pamiętać, że prezentacja danego zachowania nie zawsze będzie oznaczać to samo.



Np. położenie się psa na plecach - obnażając podbrzusze będzie sygnałem uspokajającym/stresu w momencie dyskomfortu i konfrontacji z innym psem / człowiekiem, któremu zestresowany pies mówi: "nic mi nie rób, poddam się". Ale już nie będzie sygnałem uspokajającym, kiedy pies będzie leżeć zrelaksowany obok swojego opiekuna głaszczącego psi brzuch. Szybkie oblizywanie językiem nosa - będzie sygnałem stresu, np. kiedy bierzemy małego psa na ręce, a on tego nie lubi, czuje się niepewnie, ale już nie będzie sygnałem stresu, kiedy pies będzie się oblizywać po zjedzeniu pysznego jedzenia, itd.

Zanim przejdę do samych sygnałów stresu, zacznę od tego, że pies komunikuje się z otoczeniem za pomocą:

- 1. mowy ciała:** sygnały, które i psy, i ludzie są w stanie zaobserwować: postawa ciała, charakterystyczne ułożenie poszczególnych części ciała: uszy, ogon, wyraz oczu oraz pozycja ciała przybierana względem drugiego zwierzęcia/człowieka
- 2. węchu:** sygnały - informacje, które pies odbiera/wysyła, a które są rozpoznawane przy użyciu nosa. Tutaj dużą rolę odgrywają hormony, feromony i zapach wydzielin, które sygnalizują np. w jakim stanie zdrowia jest pies, jak silnie przeżywa stres, lub czy jest gotowy (gotowa) do prokreacji. Dlatego psy, zwłaszcza przy pierwszym kontakcie, często bardzo długo i dokładnie się obwąchują. Obwąchują też człowieka, przedmioty, nowe otoczenie.
- 3. wokalizacji, czyli:** szczekanie, piszczenie, wycie, warczenie, skomlenie etc.

Kiedy pies swoim zachowaniem pokazuje człowiekowi, innemu psu, innemu zwierzęciu, że jest przyjacielsko nastawiony, że dąży do wejścia w relacje, to będzie się posługiwać **sygnałami afiliacyjnymi**: merdać wesoło ogonem, podskakiwać, zachęcać do zabawy, uginać przednie łapy, obwąchiwać, popiskiwać, wesoło szczekać, turlać się... Wachlarz zachowań zachęcających do wejścia w kontakt jest ogromny.

Kiedy pies swoim zachowaniem będzie chciał uniknąć kontaktu z innym psem/innym zwierzęciem/człowiekiem, to będzie posługiwać się **sygnałami agonistycznymi**. I tutaj pies może wybrać zachowania agresywne albo uspokajające.

Jeśli idzie o **zachowania agresywne**, to niemal dla każdego jasne jest, jakimi sygnałami będzie się pies posługiwać: napięta sylwetka ciała, uniesiony ogon, poruszanie nim, najeżona sierść, obnażanie zębów, warczenie, szerokie rozstawienie uszu/położenie ich (w zależności od rasy), świdrujący wzrok etc. i oczywiście również: przejście do bezpośredniego ataku.

Psy jednak dużo częściej wybierają drugi sposób radzenia sobie z niekomfortową sytuacją, a mianowicie - prezentują **sygnały uspokajające/stresu**, czyli: odwracanie się bokiem, chodzenie po łuku, obniżanie głowy, odwracanie się tyłem, zastyganie, warowanie etc.

W relacji pies - pies, kiedy psy mają możliwość swobodnego poruszania się, te sygnały niemal zawsze zadziałają i psy rozchodzą się bez np. bójki. Trudniejszą sytuacją jest to, kiedy psy są na smyczach ze swoimi opiekunami, albo na małej ograniczonej przestrzeni.



Ludzie często ignorują psie sygnały, a psy w takich sytuacjach są bezradne, bo mimo bardzo czytelnej prezentacji przeróżnych sygnałów, przez ignorancję opiekunów, często są doprowadzone do ostateczności, i by w jakiś sposób poradzić sobie z niekomfortową sytuacją, jak choćby nadmierna bliskość innego psa - przechodzą do zachowań agresywnych.

A co w takich sytuacjach robią opiekunowie psów? Pytanie pozostawię bez odpowiedzi do przeanalizowania...

NAJCZĘŚCIEJ PREZENTOWANE SYGNAŁY USPOKAJAJĄCE/STRESU:

odwracanie głowy:

pies odwraca głowę na bok, kiedy zbyt blisko pochylamy się nad nim, kiedy bierzemy go na ręce, kiedy głaskamy po głowie, klepiemy w inne części ciała, a czego on nie chce/nie lubi, lub kiedy nagle, gwałtownie pojawi się inny pies, kiedy inny pies idzie na wprost. Widząc takie zachowanie u psa należy przestać się pochylać, nie brać psa na ręce, zwiększyć dystans, przestać robić to, co sprawia psu dyskomfort, spowodować, żeby nadchodzący pies, jeśli sam nie rozpozna sygnału, zmienił sposób poruszania się, zmienił kierunek etc.

sygnały oczami:

pies przymyka oczy, stwarza pozory łagodniejszego, bądź "jak szalony" przewraca/wywraca gałkami, kiedy np. pies nie ma możliwości swobodnego ruszania głową. Kontakt wzrokowy nigdy nie powinien być bezpośredni i głowa człowieka nie może być na poziomie oczów psa. Patrzenie oko w oko jest przez psa odbierane, jako zagrożenie, nasze spojrzenie zawsze powinno być lekko w dół (np. patrzymy na psa z góry) lub w bok - zwłaszcza w kontekście osób i psów nieznanymi się.

odwracanie się:

pies staje do psa/człowieka bokiem lub tyłem, jeden z najsilniejszych sygnałów uspokajających. Psy tego sygnału używają jeśli inne nie zadziałają. Często mylnie interpretujemy to zachowanie psów, uważając, że nas nie słuchają, chcą zdominować(!), nie wykonują polecenia. A odwracają się, kiedy przywołujemy je w agresywny sposób, jesteśmy zdenerwowani, kiedy pies "wie", że idziemy go skarcić, jeśli jakiś inny pies przeszkadza psu ten najpierw się odwraca, odsuwa... zażegnaje ewentualny konflikt



oblizywanie nosa:

szybkie ruchy języka w z dołu w górę nosa, bardzo często psy używają tego sygnału przy nagłych bliskich kontaktach z innym psem/człowiekiem. Nachylcie się nagle nad swoimi psami i patrzcie na jego pysk. Niemal każdy, jak się nie obliże, to przynajmniej mlaśnie językiem w pysku.

zastygnięcie w bezruchu:

leżąc albo siedząc, postawa pasywna. Np. spotkanie dwóch samców, tak długo będą ostrożne, aż jeden nie zacznie się wycofywać bądź dawać inne sygnały, np. zachęcające do zabawy. Ostre szczekanie, ujadanie, zbyt pewne, szybkie podejście jednego psa do drugiego może doprowadzić do agresji - ataku.

powolne poruszanie się:

gwałtowny ruch wzbudza w naszych psach niepokój (rower, motocykl, biegnący człowiek, pies inne zwierzę). Biegnący pies widząc innego psa zwalnia, zaczyna iść wręcz flegmatycznie, bądź w ogóle się zatrzymuje - wysyła sygnał: nie jestem zagrożeniem. Kiedy niecierpliwie psa wołamy, jesteśmy podenerwowani, spieszymy się, pies zamiast szybko przybiec, zachowuje się wręcz przeciwnie: idzie wolno, zygzakami, odwraca się, przysiada - próbuje nas uspokoić (często interpretujemy to, jako nieposłuszeństwo, złośliwość, chęć dominacji).

machanie ogonem:

nie zawsze jest oznaką zadowolenia. Kiedy pies się boi, czuje się niepewnie, jest zły, zestresowany również macha ogonem. Machanie ogonem + sygnały świadczące o niepokoju są sygnałem, że "boję się, ale sam, bez powodu nie zaatakuję" lub, np. Wracamy do domu zdenerwowani, krzyczymy na cieszącego się na nasz widok psa, co wzbudza w psie dezorientację. Są przypadki, kiedy częste powtarzanie takiej sytuacji może doprowadzić np. do tego, że pies machając ogonkiem będzie jednocześnie siusiać ze strachu i kulić się. (Posikiwanie może też być oznaką zbyt dużej ekscytacji, problemów zdrowotnych)



ukłon:

pozycja zapraszająca do zabawy, kiedy pies leży przednią częścią ciała, kuperek ma w powietrzu i często jeszcze macha ogonkiem lub podskakuje na ugiętych przednich łapach. Czasami pies zastyga w takiej pozycji, jeśli chce coś uspokoić w swoim otoczeniu.. Pozycja taka w wykonaniu dorosłego psa może również oznaczać chęć przesunięcia/odsunięcia innego zwierzaka/człowieka.

siadanie:

pies często siada, żeby wzmocnić efekt odwraca się jeszcze tyłem. np. kiedy pies jest czymś wystraszony

kładzenie się:

dwie opcje: kładzenie się na plecach jest oznaką przeżywania silnego stresu, jednak oznacza uległość. Pies obnażając podbrzusze daje bardzo silny sygnał, że jest uległy i podporządkowany drugiemu psu/człowiekowi. Jednak położenie się na brzuchu (warowanie) jest wręcz czymś przeciwnym. Jeden z najsilniejszych sygnałów. Często można zaobserwować w stadzie psów, że niektóre z nich kładą się na brzuchu i zastygają w bezruchu, często by uspokoić resztę stada robią to w widocznych miejscach. Tak samo mogą zachowywać się wobec ludzi, z którymi mieszka. Przykładowa sytuacja: kiedy psy intensywnie się bawią, jeden się mocno zmęczy, to kładzie się dając do zrozumienia, że potrzebuje chwili spokoju.

ziewanie:

pies częściej ziewa, by rozładować stres niż ze zmęczenia. Wg najnowszych doniesień naukowych, ziewanie jest również sygnałem więzi emocjonalnej między psem a człowiekiem. Kiedy zaczynamy ziewać a pies to po nas powtarza, możemy być pewni, że pies jest z nami emocjonalnie silnie związany. (oczywiście wtedy nie traktujemy ziewania, jako sygnał stresu. Troszkę z przymrużeniem oka)



podchodzenie po łuku:

psy w naturalny sposób bardzo rzadko podchodzą do siebie na wprost, zawsze po łuku, bokiem, zygzakiem, często wachając w tym czasie podłóże. Bardzo dużo psów nie umie zaakceptować bezpośredniego podejścia do innego psa, czy innego psa do niego. To samo dotyczy ludzi.. zwłaszcza mijając obce, luzem biegające psy powinniśmy omijać je jak największym łukiem i absolutnie nie przyspieszać a raczej zwalniać.

wąchanie podłóża:

czasami pies nie wacha a tylko opuszcza nos w stronę podłóża i bacznie obserwuje przechodzącego psa/człowieka. Jeśli przechodnie prawidłowo odczytują ten sygnał przejdą bokiem bez zwracania uwagi na psa, to ten wraca do normalnej pozycji

rozdzielanie:

przez ludzi często interpretowane, jako zazdrość psa o to, że np. głaskamy innego psa, dotykamy innego człowieka, inny człowiek nas (np. podanie ręki, dotykanie, branie dziecko na kolana). Pies raczej "myśli" o potencjalnym konflikcie z powodu zbyt bliskiego kontaktu i usiłuje interweniować przez np. zwracanie uwagi na siebie, łaszenie się. Np. często kiedy zabawy dwóch psów przybierają zbyt agresywny tok, wkracza 3 (inny pies) usiłujący odgonić tego bardziej aktywnego.

podnoszenie łapy:

dość rzadko występuje, kiedy psu coś przeszkadza. Np. próba zrobienia zdjęcia na wprost jednemu psu powodowało to, że pies machał na przemian łapami, tak długo, jak długo widział aparat. Ilu ludzi w takiej sytuacji, by się uśmiechnęło i jeszcze wesoło krzyknęło "jak fajnie!", do tego przy każdej okazji wyciągając aparat, by znajomi też mogli zobaczyć, jak "niunius" nie lubi robienia zdjęć. A to, że pies przeżył silny stres? Hmm..



oddawanie moczu:

obok znaczenia terenu - może być też oznaką stresu. Jest też rytuałem, gdzie np. w jedno miejsce sikają po kolei psy i nie ma tutaj znaczenia pozycja w stadzie czy tzw. dominacja, często zaczyna np. szczeniak. Niektóre psy potrafią świadomie oddawać mocz, gdy w ich okolicy pojawia się niebezpieczny pies, bądź żeby uspokoić "rozbrykane" towarzystwo. Człowiekowi jednak ciężko naśladować ten sygnał

zachowania zastępcze:

często nie zdajemy sobie sprawy, jak często psy stosują zachowania zastępcze. Pies nagle zmienia zainteresowanie jedną rzeczą i robi coś zupełnie innego. U mojego psa zaobserwowałam: jeśli nie może "dorwać jakiegoś psa", zaczyna zabawy ze smyczą, bieganie za patykiem, kamykami, piłeczką. W ten sposób rozładowuje ewidentne napięcie emocjonalne. Przykład owczarka z książki pani Rugass: do właściciela psa przybiegł szybko ktoś się przywitać machając rękami, pies się wystraszył i chwycił pierwszy lepszy patyk, zaczął z nim biegać próbując ignorować witającego się.

uśmiechanie się:

nie wszystkie psy to potrafią, może oznaczać chęć nawiązania przyjaznego kontaktu, bądź być sygnałem uspokajającym. Musimy bacznie obserwować psa, który się uśmiecha, by trafnie zinterpretować to zachowanie.

Wyżej przytoczone sygnały są tymi najczęściej prezentowanymi przez psy, jednak sygnałów jest dużo, dużo więcej, do tego każdy pies może mieć swoje indywidualne sygnały, które nie powtarzają się u innych psów: robienie różnych min, "szczeniakowate" zachowania, mlaskanie, przybieranie nienaturalnej postawy ciała.

BARDZO WAŻNE:

Bardzo często dzieci zachowują się niewłaściwie w stosunku do psów, a - co gorsze - dorośli nie przerywają tego zachowania, a często wręcz zachęcają dziecko do dalszego dręczenia psa, ignorując przy tym psie sygnały stresu. Przecież dziecko się świetnie bawi! Takie zachowanie jest niczym innym, jak wystawianiem psiej tolerancji i cierpliwości na próbę.

Jeśli w porę nie przerwiemy niewłaściwego zachowania swojego/dziecka wobec psa, to możemy być pewni, że jeśli dojdzie do niebezpiecznej sytuacji, to tylko my - dorośli będziemy za to odpowiedzialni.



A często jest odwrotnie: to pies zostaje ukarany np. za to, że po dłuższej chwili, po całkowitym ignorowaniu jego sygnałów - zaczął warczeć. Następnym razem zamiast warczeć - przejdzie od razu do ataku. Realna perspektywa? Bardzo realna! Brak zrozumienia psa często prowadzi do pogryzień, które nam się wydają BEZ POWODU.

A jak często zdarza nam się wchodzić w bezpośredni i bardzo konfrontacyjny kontakt z OBCYM PSEM, nie zważając na jego mowę ciała?

Żeby znaleźć przyczynę złego zachowania psa względem nas, sami musimy spojrzeć na siebie krytycznym okiem, na swoje nawyki, stosunek do psa, na warunki jakie psu stwarzamy. Poznanie psiej mowy ciała i sygnałów, którymi się posługują, to dopiero początek głębszego poznawania swojego psa i poprawnej komunikacji z nim. Podstawą jest dogłębna obserwacja samego siebie i zachowań w rodzinie w kontekście relacji z psem, do której serdecznie zachęcam!

Katarzyna Grzegorzcyk
behawiorysta zwierzęcy

Tekst stworzony na podstawie:

- 1). T. Rugaas "Sygnały uspokajające. Jak psy unikają konfliktów" wyd. Galaktyka
- 2). J. O'Heare "Zachowania agresywne u psów" wyd. Galaktyka
- 3). własnych doświadczeń i obserwacji

Katarzyna Grzegorzcyk 07.marca.2011; aktualizacja 04. października 2015; aktualizacja 12.10.2016