



Joanna Szumer, mł. instruktor psów ratowniczych, główny koordynator i instruktor zespołów poszukiwawczych GPR OSP KSRG Wołczkowo. Przygotowuje przewodników i psy do egzaminów państwowych. Przewodnik certyfikowanego psa ratowniczego.

Psy ratownicze wykorzystywane są w wielu sytuacjach, m.in. do poszukiwania osób zaginionych w terenie otwartym tj. lasy, łąki, oraz żywych osób uwięzionych pod gruzami zawalonych obiektów budowlanych. Dla psa ratowniczego nie jest ważny ślad zapachowy, lecz zapach każdego żywego człowieka. Pies nie tylko potrafi wykryć zapach, ale jest także zdolny do tego, aby poruszając się od słabszego do najmocniejszego stężenia, znaleźć źródło zapachu i wskazać je przewodnikowi.

Szkolenie psa ratowniczego a stres

Opisując zagadnienia zaplanowane w tym temacie skrywam nadzieję, że doniesienia ze świata nauki pozwolą zauważyć przewodnikom psów służbowych, jak ważny jest układ nerwowy i emocje zwierzęcia w ich szkoleniu.

Psy przeżywają sytuacje szkoleniowe na swój charakterystyczny sposób. Jeśli zadamy o to, aby nie kumulowały się w nich zbędne emocje, zwierzę dużo lepiej poradzi sobie z kłopotliwymi okolicznościami. Oczywiście nie jest to możliwe bez zrozumienia potrzeb i zachowań zwierzęcia. Ponadto powinniśmy zdać sobie sprawę z konsekwencji jakie niesie ze sobą nieodpowiednia stymulacja psa.

Rozważania dotyczące stresu nie mają na celu udowodnić, że stres jest zły i musimy go wykluczyć z naszej pracy. Z całą pewnością tak nie jest, a nawet nie jest to możliwe. Chciałabym jednak zwrócić uwagę na fakt, że duża dawka stresu obciąża narządy takie jak serce i ma swoje konsekwencje zdrowotne. Nie jest to żadna nowość. Problem ten dotyczy również ludzi, a także wielu innych populacji. Stres jest niezbędny, dlatego powinien być odbierany także jako coś pozytywnego i potrzebnego. Utrzymuje naszą pracę i aktywację na odpowiednim poziomie, ale w nadmiarze może niszczyć narządy i psychikę zwierzęcia.

Co się dzieje z narządami wewnętrznymi podczas stresu? Anders Hallgren w swojej książce „Stress, angst og aggression hos hunde” opisał, że kortyzol produkowany podczas sytuacji stresujących podnosi ciśnienie krwi, oraz zwiększa stężenie glukozy aby przygotować zwierzę do wysiłku fizycznego. Hamuje również system immunologiczny, rozwój kości i wydzielanie insuliny, oraz rozkład węglowodanów, tłuszczu i białek, dzięki czemu organizm ma zachować jak najwięcej energii. W takim wypadku długotrwały stres powoduje szkody w organizmie – hiperglikemię, nadciśnienie tętnicze, zaburzenia trawienia. Konsekwencje utrzymującego się stresu są bardzo duże. Często to właśnie ludzie narażają zwierzę na długotrwały i często występujący stres. Są w rezultacie odpowiedzialni za stymulację i zdrowie zwierzęcia.



Czym jest stres?

Stres to reakcja organizmu na zaistniałą sytuację dotyczącą zarówno fizyczności jak i psychiki.

Model stresu Richarda Lazarusa opisuje typy reakcji na stres. Eustres, to stres mobilizujący pozytywnie do działania. Dystres jest reakcją organizmu na zagrożenie, utrudnienie realizacji ważnych zadań, może doprowadzić do wyczerpania.

James O’Heare także opisał w swojej książce „Zachowania agresywne u psów”, że długotrwały dystres stanowi silną i szkodliwą formę stresu dla organizmu zwierzęcia. Jest to stan w którym organizm nie daje sobie rady by zaspokoić biologiczne koszty reakcji na stres, więc zabierane są one funkcjom fizjologicznym organizmu. W takim przypadku, przy długotrwałym obciążeniu stresem, tworzy się u zwierzęcia patologia, czyli stan chorobowy.

Różnice pomiędzy dystresem u różnych ras mają podłoże genetyczne, trzeba to mieć na uwadze. Niektóre jednostki są genetycznie przygotowane do zachowania spokoju, są bardziej emocjonalnie zrównoważone, oraz wyciszone, podczas gdy inne osobniki są bardzo dynamiczne i szybciej reagują na stymulację. Przykładem będzie owczarek belgijski malinois w porównaniu z przedstawicielem rasy bloodhound. Malinois jest stanowczo bardziej wrażliwy na stymulację, niż spokojny z natury bloodhound.



Zachowania przerzutowe reakcją na stres

Zachowania przerzutowe są to reakcje, które w innej sytuacji byłyby zupełnie normalne, ale w danym momencie są oderwane od kontekstu. Turid Rugas podkreśla w swojej książce „Sygnały uspokajające”, że bardzo zestresowany pies w odpowiedzi na wydaną komendę może wykonać inną czynność.

Psy mogą prezentować zachowania przerzutowe, gdy są zagubione lub doświadczają „konfliktu wewnętrznego”, czyli nie wiedzą jak poradzić sobie z daną sytuacją. Zachowania te często idą w parze z sygnałami uspokajającymi. Pies próbuje wysyłać takie sygnały do zdenerwowanego przewodnika. Do sygnałów uspokajających Turid Rugas zalicza gryzienie trawy, unikanie kontaktu, czy też samego wzroku właściciela. Takie zachowania najczęściej jeszcze bardziej denerwują przewodnika.

Konsekwencje narażenia na dużą i ciągłą dawkę stresu są bardzo duże. Nie zapominajmy jednak, że stres jest w rzeczywistości czymś całkowicie niezbędnym. Przygotowuje on psa i zwiększa jego szanse na realizację zadania w trudnych sytuacjach, oraz zwiększa osiągnięcia szkoleniowe. Należy zatem utrzymywać właściwy balans w wykorzystywaniu stresu w szkoleniu psa.

Stres budowany w wieku szczenięcym

O znaczeniu stresu w kształtowaniu małego psiaka pisze wielu kynologów. Dużą zbieżność w tej teorii zauważymy u kynologów m.in. Andersa Hallgren, Jamesa O’Heare, Sven Järveruda, Jeana Donaldsona.

Wrażliwość na stres jest wrodzona, ale jest także w dużym stopniu efektem różnych wpływów. Szczególnie w stadium szczenięcym podatność na czynniki stresowe może się zmieniać. Ilość wydzielanej adrenaliny w początkowym okresie życia psa decyduje o tym, czy pies będzie pod małym lub dużym wpływem tego hormonu w dalszym życiu. Nasze małe zwierzątko może być

przez to żywiołowe lub ospałe. Szczenięta które są narażone na duży stres podczas pobytu u hodowcy, agresywna i pobudliwa matka szceniąt, brak kontaktu z człowiekiem, oraz nieodpowiednia stymulacja zwierzęcia, mogą mieć bardzo niekorzystne skutki szkoleniowe, zwłaszcza w późniejszym życiu psa.

Żeby móc posługiwać się stresem we właściwy sposób, oraz aby mieć szansę pracy z osobnikiem radzącym sobie ze stresem, ważne jest uprzednie przeanalizowanie szczenięcia, jego odchowu i reakcji matki. Jeśli szczenię jest narażone na wysoki poziom intensywności doświadczeń, a dokładniej na silny stres w młodym wieku, może mieć problemy z koncentracją i nie współpracować z człowiekiem w przyszłości. Należy o tym pamiętać szczególnie przy wyborze przyszłego psa ratowniczego. Zauważając agresywne zachowania u rodziców szceniąt, powinniśmy się zastanowić, czy to na pewno dobry wybór.

Poziom stresu w szkoleniu

Bez stresu szkolenie może nie przebiec należycie. Stres jest nieodłącznym elementem życia zarówno ludzkiego jak i psiego. Doświadczenia stresowe są często powiązane z danymi sytuacjami. Dlatego ważne jest, żeby stres był dobrze dopasowany do każdej okoliczności. Sven Järverud w swojej książce „Din Hund – Som Valp, Som Unghund – som valp, som unghund” opisuje, że w większości sytuacji szkoleniowych stres powinien być niski, aby optymalnie aktywować mięśnie i utrzymywać koncentrację u psa. Jeżeli jego intensywność jest zbyt wysoka, naszemu psiemu partnerowi może być ciężko zrozumieć czego od niego oczekujemy.

Sven Järverud uważa, że jeśli chcemy nauczyć psa trzymania przedmiotu bez gryzienia i podgryzania go, pies powinien być w takim ćwiczeniu spokojny i skoncentrowany, a za to odpowiadamy my jako przewodnicy. Nie możemy rozpoczynać tego ćwiczenia od rzucania przedmiotu kilkanaście razy, pobudzając go, a następnie wymagać od niego spokoju. Prowadzi to do tego, że pies staje się nadpobudliwy i może być mu ciężko trzymać poprawnie przedmiot. Sven uważa, że powinniśmy zaczynać od ćwiczeń statycznych, bez zbędnego pobudzenia ruchowego – przykładowo od samego trzymania przedmiotu przed przewodnikiem, wypracowując element szkoleniowy w spokojnych warunkach, utrzymując skupienie psa i jego analizę na umiarkowanym poziomie. Mamy wtedy zwiększoną szansę na powodzenie naszych założeń.

Istotne jest żeby umieć dopasować stres w taki sposób, aby szkolenie przebiegało szybko i efektywnie. Jeśli po-

budzamy zwierzę, to wykonuje on zadania szybko, jednak nie oznacza to, że nauka będzie przebiegać równie sprawnie. Pies będzie biegł z dużą prędkością za wyrzuconym aportem, ale nie będzie umiał się skupić przy siadaniu z przedmiotem przy przewodniku. Taki element szkoleniowy będziemy ćwiczyć bardzo długo, bo pobudzenie psa osiągnie tak wysoki poziom, że nie będzie on w stanie prawidłowo analizować sytuacji. Przewodnik powinien odczytać, że zadanie jest dla psa za trudne, a poziom pobudzenia za wysoki.

Ten sam problem pojawia się w przypadku uczenia psa poruszania się na przeszkodach. Pokazując mu piłkę powodujemy u niego ekscytację. Doprowadzamy do sytuacji, w której pies przebiega przeszkodę, nie zapamiętując jednak czynności które wykonał. Po odstawieniu piłki możemy wyraźnie zauważyć, że pies nie zrobił postępów i nadal ma obawy w pokonywaniu przeszkody lub przeciwnie, próbuje ją przebiec w celu szybkiego zakończenia ćwiczenia. Natomiast pies ratowniczy powinien pokonywać przeszkodę z pełną świadomością każdego ruchu, analizując sytuację ze spokojem, przemieszczając się z dużą swobodą i bez obaw. Zwiększa to jego bezpieczeństwo podczas treningów, a w przyszłości także podczas akcji.

Oczywiście nagrodzenie zabawką nie jest wykluczone, ale zarezerwowane dla psa bardziej doświadczonego, bez lęków i o umiarkowanym poziomie pobudzenia.

Przyczyny powstawania stresu

Niedostymulowanie mentalne

Zarówno Sven Järverud jak i Anders Hallgren podkreślają w swoich książkach, iż stymulacja mentalna ma ogromny wpływ na poziom stresu zwierzęcia. Wychodzą z założenia, że pies nie potrzebuje jedynie fizycznych ćwiczeń żeby dobrze się czuć i rozwijać. Musi także robić coś, co stymuluje jego mózg.

Anders Hallgren podkreśla, iż należy pamiętać, że stymulacja mentalna nie jest wykonywaniem wyuczonych ćwiczeń, ale nauką i procesem rozwiązywania danej sytuacji. Gdy pies czegoś się nauczy, proces stymulacji mentalnej jest zakończony. Natomiast gdy nasz pies szuka rozwiązania dla danego problemu, mówimy o stymulacji mentalnej.

Nieprawidłowe stymulowanie

Sven Järverud podkreśla, że jeśli pies trenuje rzadko, ale intensywnie (czyli z długimi odstępami czasu) może



to prowadzić do stresu. Regularność treningów jest bardzo ważna. Jako przewodnicy powinniśmy zadbać o maksymalną równowagę i regularność treningów.

Niekonsekwencja

Jeśli pies nie wie, co będzie robił, nie wie gdzie rozpoczyna się zadanie i gdzie kończy, to jest narażony na niekonsekwencję, co wywołuje u niego wysoką aktywność stresu. Staje się niepewny i chce znaleźć rozwiązanie tej sytuacji. Tak dzieje się bardzo często w czasie szkolenia i w codziennym obcowaniu z psem. Bardzo ważna jest w tym odpowiednia komunikacja, czyli wysyłane przez nas sygnały. Pies powinien wiedzieć, kiedy ćwiczenie rozpoczęło się i ile zachowanie powinno trwać. Dzięki temu nie będzie dochodzić do jego niepotrzebnego zdemotywowania. Powinniśmy wysyłać czytelne i zawsze takie same sygnały na rozpoczęcie danego ćwiczenia, oraz jego zakończenie.

Dlaczego analiza stresu jest ważna?

Trudno jest zauważyć różnicę pomiędzy silnym zaangażowaniem psa do pracy, a stresem. Pies zestresowany może doskonale zdać egzamin. Jednak z czasem będzie pracował coraz gorzej.

Jego zmysł analizy będzie coraz bardziej zaburzony. Pobudzenie i emocje będą na tak wysokim poziomie, że nieukierunkowany na zadanie będzie próbował rozładować emocje na różne sposoby. Jest to naturalny proces i reakcja organizmu na pojawiający się zbyt często stres, nadmiernie obciążający narządy wewnętrzne i układ nerwowy.

Mówi się w środowisku przewodników psów, że niektóre psy są jak ferrari. Gdy wciskasz pedał gazu i pędzisz, nie czujesz rosnącej prędkości, ale gdy najedziesz na nierówność, szansa na wyprowadzenie samochodu na prostą i zapanowanie nad nim jest niezwykle mała. Z psem może być podobnie. Jeśli trafisz na takie psie



ferrari, możesz daleko nie zajechać. Łatwo rozpędzić się i najechać na nierówność, wtedy zapanowanie nad emocjami zwierzęcia jest bardzo trudne.

Przygotowanie psa do pracy i wysiłku fizycznego

Badania wskazują, że przewidywalne i rytmiczne ćwiczenia fizyczne, od umiarkowanej, do dużej intensywności, dają niesamowicie dobre efekty.

Przygotowanie psa do pracy (służby, treningów) poprzez regularny wysiłek fizyczny, wpływa na jego pracę i reakcję na stres. Regularny, stymulowany wysiłek poprawia funkcje poznawcze, obniża reaktywność i zwiększa pewność siebie. Korzystne efekty ćwiczeń z psem mają swoje źródło w rozproszeniu uwagi i zmianach w poziomie hormonów, endorfin i neuroprzekaźników. W medycynie przy omawianiu ryzyka zachorowania na raka naukowcy doszli do takich samych wniosków.

Należy jednak mieć na uwadze, że wysiłek fizyczny niekontrolowany i na wysokich obrotach daje efekt odwrotny od zamierzonego. Pies poddany nadmiernemu wysiłkowi fizycznemu nie uspokaja się, wręcz przeciwnie - szybko regeneruje siły, a podwyższony poziom kortyzolu i pobudzenie utrzymują się u niego dłuższy czas po krótkim wypoczynku.

Aby odpowiednio stymulować zwierzę (zgodnie z jego naturą i nie doprowadzając do patologii funkcjonowania organizmu) bardzo duża intensywność wysiłku fizycznego nie powinna być dostarczana codziennie. Powinniśmy w tym zakresie zachować umiar, oraz przewidzieć dni w których organizm zwierzęcia będzie miał szansę na regenerację.

Stres wywołany wysiłkiem fizycznym

Psa można przestymulować pracą fizyczną, która jest większa od tego, co może wytrzymać jego ciało. Pamię-

tajmy, że stres wywołany nadmierną lub za małą stymulacją bardzo wpływa na motywację.

Powinniśmy tą wiedzę zastosować do naszych psów służbowych. Silny stres, bardzo duży wysiłek fizyczny i pobudzenie każdego dnia może wpłynąć niekorzystnie na narządy zwierzęcia, gdyż natura nie przygotowała ich do takiej pracy. Podobnie jak u człowieka. Obciążenia fizyczno-psychiczne odbijają się na zdrowiu i stanie narządów. Dbłość i kontrola to nasza odpowiedzialność.

Rozgrzewka i wypokojenie

Psy potrzebują rozgrzewki przed ćwiczeniami i ochłodnięcia po nich, tak samo jak ludzie. Rozgrzewka rozszerza naczynia krwionośne, co powoduje zwiększenie dopływu składników odżywczych i tlenu do mięśni oraz komórek nerwowych. Powoduje to także stopniową aktywację neuroprzekaźników i hormonów odpowiedzialnych za stres. Stymulacja młodego psa i dbłość w tym zakresie zaowocuje doskonałym przystosowaniem do nagle zmieniających się sytuacji. Natomiast obciążanie psa gwałtownie i niedostymulowanie sprzyja jego zdeenerwowaniu w przyszłości.

Po wysiłku fizycznym, gdy zwalnia bicie serca, kilkuminutowy spacer po ćwiczeniach pozwoli na spokojne odzyskanie strat energetycznych związanych z naturalnie występującym stresem.

Objawami naszej nieodpowiedniej stymulacji i braku przygotowania zwierzęcia do pracy są: zaburzenia snu, czyli pies mało odpoczywa i jest bardzo pobudzony, szybko reaguje na każdy dźwięk podczas snu, niemożność racjonalnego myślenia, nadwrażliwość na ból, obniżenie umiejętności uczenia się, trudność w skupieniu się. Z całą pewnością przy długotrwałej akcji poszukiwawczej taki pies staje się nieskuteczny.

Joanna Szumer

