

Natura  Psa

# Zabawy z psem

Reaktywnym i nie tylko



Patrycja Dobosz



# Spis treści

<b>Wstęp</b>	.....	<b>03</b>
<b>1. Ukryte skarby</b>	.....	<b>05</b>
<b>2. Zaginiony miś</b>	.....	<b>07</b>
<b>3. Naleśnik</b>	.....	<b>09</b>
<b>4. Mata węchowa</b>	.....	<b>10</b>
<b>5. Co w trawie piszczy</b>	.....	<b>12</b>
<b>6. Kartonowe matrioszki</b>	.....	<b>13</b>
<b>7. Pudełko niespodzianek</b>	.....	<b>15</b>
<b>8. Ja se tu flaki wypruwam</b>	.....	<b>16</b>
<b>9. Przeciąganie</b>	.....	<b>18</b>
<b>10. Zabawki inteligentne</b>	.....	<b>20</b>
<b>Na zakończenie</b>	.....	<b>22</b>

# Wstęp

Psy zachowują chęć do zabaw niemalże całe swoje życie. W przeciwieństwie do ludzi nie “wyrastają” z nich i często nawet jako seniorzy cieszą się z zabawek, którymi zaczepiają nas do wspólnej zabawy.

Chcąc zapewnić naszym psiakom odpowiednią dawkę ruchu i zaspokoić ich potrzeby związane właśnie z zabawą, wciąż często udajemy się do parku, gdzie kilkanaście minut rzucamy psu piłkę czy zabieramy nasze pupile na psie wybiegi w godzinach szczytu, aby mogły pobawić się z innymi psami.

Jednak czy aby na pewno są to odpowiednie aktywności dla naszych czworonogów?

Nie, a zwłaszcza dla tych reaktywnych.

Aktywności takie jak aportowanie, pogoń, spotkania z grupą nieznajomych, przypadkowych psów czy inne aktywności, które powodują silne pobudzenie emocjonalne, mogą przynieść więcej szkody niż pożytku.

Dlaczego? A no dlatego, że są one po prostu dla psa stresujące. Aktywności tego typu, trwające dłużej niż kilka minut prowadzą do produkcji kortyzolu - hormonu stresu. Ten zaś utrzymuje się w organizmie psa nawet do tygodnia. Musimy wziąć pod uwagę również fakt, że stresorów, czyli bodźców wywołujących stres u psów, jest w ich środowisku dużo więcej i mają z nimi styczność na co dzień. Uliczny zgiełk, biegające dzieci, pędzący rowerzyści, samochody, autobusy, obcy ludzie, mijane psy - to wszystko może wywoływać u naszego psa stres. Dodajmy sobie do tego stres wywołany pobudliwymi aktywnościami i nasz pies zamienia się w tykającą bombę, która jeśli nie ma możliwości zdrowego rozładowania napięcia, jakie powstało w jego ciele, w końcu wybuchnie, prawdopodobnie, wtedy kiedy w ogóle nie będziemy się tego spodziewać.





Jak zatem bawić się z psem, aby było to dla niego przyjemne, zdrowe i aby zamiast podnosić poziom stresu, pomóc go rozładować?

- Praca umysłowa i węchowa to aktywności, które najbardziej męczą psa.
- Żucie, gryzienie, lizanie to czynności, dzięki którym w organizmie psa wytwarzają się endorfiny (hormony szczęścia).
- Nosework czy tropienie użytkowe to świetne zajęcia dla psów, a odpowiednio prowadzone także dla tych lękliwych, ponieważ świetnie podnoszą pewność siebie psa. Oczywiście nie musimy od razu zapisywać się na profesjonalne zajęcia do specjalisty (choć polecam tę formę). Możemy wprowadzić takie zajęcia sami, we własnym domu.

Poniżej znajdziesz wiele wartościowych zabaw z psem, do zaaranżowania zarówno w domu, jak i na dworze.

Dobrej zabawy! :)





# I. Ukryte skarby

Do tej zabawy potrzebujesz:

- Zabawkę swojego psa

## Zacznijmy od podstaw, czyli:

Jeżeli pies zna już polecenie

- *“siad”* (po usłyszeniu którego siada i czeka w tej pozycji do momentu zwolnienia przez opiekuna),
- *“na miejsce”* (po którym idzie na swoje posłanie),
- *“zaczekaj”* (po którym wie, że ma wstrzymać się od robienia czegokolwiek, zanim go nie zwolnimy z polecenia)

lub inne, podobne, które zatrzyma psa w jednym miejscu na pewien czas - wymawiamy je i odchodzimy od psa na odległość około dwóch metrów. Kładziemy zabawkę, odchodzimy od niej parę kroków. Następnie zwalniamy psa z polecenia, jakie wydaliśmy i mówimy hasło *“szukaj”*. Kiedy pies złapie zabawkę chwalimy go. Możemy dodatkowo nagrodzić psim smakołykiem.

Jeżeli pies nie ma dobrze wyćwiczonych wyżej wymienionych poleceń (lub podobnych) nie wymagajmy od niego, że je wykona. W tym wypadku poprośmy drugą osobę o pomoc, która przytrzyma chwilę psa na smyczy lub sami przypnijmy smycz np. do ławki.

**Uwaga!** Nie róbmy tego z psami, które przypięte do jakiegoś obiektu zaczynają panikować, szczekać, piszczeć czy skamleć po naszym oddaleniu. Jeżeli mamy takiego psiaka, lepiej najpierw popracować nad jednym z wymienionych wcześniej poleceń.





**Ważne** - hasło "szukaj" wypowiadamy RAZ i kiedy pies zaczyna poszukiwania, nie rozpraszamy go mówiąc do niego. Hasło powtarzamy wyłącznie w sytuacji, kiedy pies przestaje szukać, patrzy na nas z pytającym wzrokiem i widzimy, że się zagubił.

### **Next level, czyli małe utrudnienia**

Po kilku powtórkach utrudniamy nieco naszą zabawę. Możemy schować zabawkę np. za jakimś meblem (wersja w domu) czy ławką w parku (wersja na spacerze). Ważne jest, aby poziom trudności zwiększać stopniowo. Zaaranżujmy zabawę w taki sposób, aby pies odnosił sukces za każdym razem (dotyczy to każdej zabawy).

### **Idźmy krok dalej - level high**

Z czasem możemy zacząć chować zabawkę w innym pokoju lub w trudnym do zlokalizowania miejscu.

W wersji domowej poprośmy psa, aby zaczekał w jednym pokoju, a sami chowamy zabawkę w innym. Możemy np. schować psi skarb pod kocem, czy na krześle.

Ważne jest, aby zabawkę chować zawsze w miejscu dostępnym dla psa. To znaczy, że nie kładziemy jej np. na kuchennym blacie, do którego pies nie może dosięgnąć (lub może, ale nie chcemy, aby robił to w innych sytuacjach, gdy np. na blacie leży jedzenie).

W przeciwnym razie pies może zacząć się frustrować.

W wersji spacerowej zabawkę możemy położyć np. na niskiej gałęzi, w wysokiej trawie, w wykopanym dołku itp., kiedy akurat pies nie jest na nas skupiony lub kiedy jego uwagę odwraca osoba towarzysząca nam na spacerze.



#### **Dodatkowe rady:**

Jeżeli mamy psa reaktywnego, zabawy najlepiej wynieść na dwór i stosować zasadę, że w domu jest czas na odpoczynek.

Kiedy pies spokojnie czeka na zwolnienie z polecenia zanim będzie mógł zacząć poszukiwania ukrytego skarbu, warto nagrodzić go smakołykiem za cierpliwe czekanie.



## 2. Zaginiony Miś

Do tej zabawy potrzebujesz:

- Zabawkę swojego psa

**Zaginiony Miś** to zabawa, która również polega na szukaniu zabawki. Tym razem jednak scenariusz wygląda w następujący sposób.

Zabieram na spacer swojego psa i jedną z jego zabawek (wybierzmy taką, którą bez problemu może nosić w pyszczku).

Zabawkę trzymamy w dłoni (lub w kieszeni, jeżeli pies bez przerwy próbuje nam ją odebrać).

Kiedy pies nie jest na nas skupiony, wypuszczamy zabawkę z rąk i idziemy dalej jak gdyby nigdy nic.

Po kilku/ kilkunastu krokach mówimy do psa "Gdzie jest ....(tu wstaw imię/ nazwę zabawki)?".

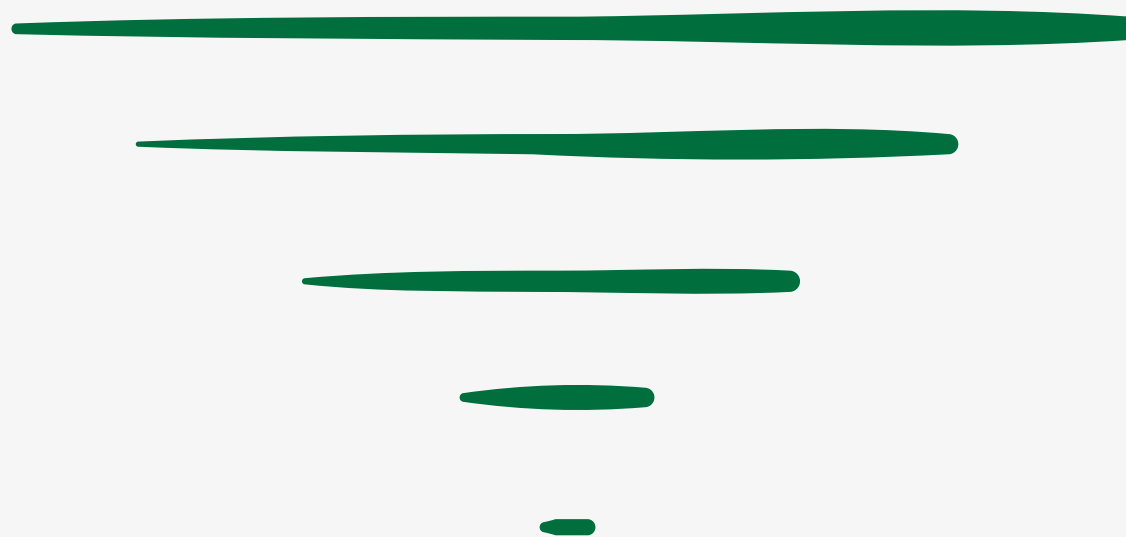
W pierwszych powtórkach zapytajmy psa o to nawet po dwóch krokach. Z czasem, kiedy pies zrozumie o co chodzi w tej grze, możemy zwiększać odległość od zabawki, zanim poinformujemy psa, że zgubiliśmy jego misia.





### **Dodatkowe rady:**

- Zanim “zgubisz” zabawkę upewnij się, że w pobliżu nie ma innego czworonoga, który może zabrać własność Twojego psa ;)
- Możesz pozwolić swojemu psu najpierw pobawić się zabawką/ ponosić w pyszczku, następnie schować i “zgubić”, kiedy jego uwaga nie jest skierowana na zabawkę.
- W pierwszych powtórkach, zanim pies zorientuje się, o co chodzi, możemy pomóc mu i nakierować go swoim ciałem. Ustawiamy się ciałem w stronę zabawki, możemy także zrobić krok/ kilka kroków w jej stronę.
- Jeżeli Twój pies często ekscytuje/ pobudza się w sytuacjach nieprzewidywalnych, nagłych, lepiej z tej zabawy zrezygnować i wybrać inne zabawy znajdujące się w tym e-booku.



### **Ciekawostka:**

Kiedy pies intensywnie używa zmysłu węchu (np. szukając swojej ukochanej zabawki lub ulubionego przysmaku) automatycznie “wyłącza” pozostałe zmysły. Na nic więc wtedy nasze wołania psa do siebie. On może po prostu nas wtedy zwyczajnie nie słyszeć.



## 3. Naleśnik

Do tej zabawy potrzebujesz:


- garść ulubionych smakołyków psa
  - ścierkę/ ręcznik/ stare ubranie etc,
- które pies może memłać, gryźć, a nawet rozerwać.

Smaczki psa zawijamy w materiał, tak jakbyśmy zawijali naleśnik i dajemy psu do rozpracowania.

Na początku niech będą to 2-3 zawinięcia, a smaki układamy na każdej "warstwie".

W następnych powtórkach możemy zwiijać naleśnik coraz ciaśniej.

W wersji hardcorowej możemy związać naszego zawijasa np. starą sznurówką.

**Uwaga!** Jeśli zdecydujemy się na to, zróbmy to w taki sposób, aby pies na pewno miał szansę to rozpracować. To znaczy, nie wiążemy sznurówki na supeł, a np. w lekką kokardkę. 

### **Dodatkowe rady:**

Jeżeli Twój psiak na co dzień dostaje suchą karmę, którą bardzo lubi, również możesz podać ją w ten sposób.

Jest to fajna forma podawania jedzenia psom, które jedzą bardzo łapczywie, co prowadzi do wielu problemów zdrowotnych psiaków. Jeżeli rozmieścisz jedzenie na kilku/ kilkunastu warstwach "naleśnika" spowolnisz psa w konsumpcji.





## 4. Mata węchowa

Do tej zabawy potrzebujesz:

- mata węchowa zrobiona własnoręcznie lub kupiona
- garść smakołyków

**Mata węchowa** to zabawka dla niemalże każdego psa. Możemy zafundować je zarówno szczeniakom, jak i dorosłym psom.



### **Czym jest mata węchowa?**

To nic innego jak gumowe podłoże, do którego są przywiązane paski polarowego materiału.

Brzmi banalnie, prawda? I takie właśnie jest.

Matę węchową możemy stworzyć sami. W internecie jest sporo instrukcji i inspiracji, jak stworzyć taką matę.

### **Jak zacząć?**

Prosimy psa, aby usiadł i zaczekał (lub zaczekał w dowolnej pozycji). W tym czasie na matę rozsypujemy smakołyki psa i zwalniamy go do maty, aby mógł rozpocząć poszukiwania.

Jeżeli nasz pies nie potrafi zostawać w miejscu na naszą prośbę lub jest zbyt podekscytowany tym co go czeka, uzupełnijmy matę na wysokim blacie lub podczas, gdy psiak przebywa a innym pomieszczeniu.

Tradycyjnie na początku zaczynamy od jak najłatwiejszego stopnia, czyli rozsypujemy smaki po samym wierzchu maty. Kiedy pies bez problemu znajduje smakołyki, możemy trochę utrudnić i powpychać je w głąb maty, pomiędzy materiałowe paski.





## Dodatkowe rady:

- Do maty używajmy (przepraszam wszystkie psiaki za to określenie) śmierdzących smaków, co dodatkowo zachęci do poszukiwań, ale takich, które nie są mokre, ponieważ późniejsze czyszczenie maty zniechęci nas do ponownego jej używania ;)
- Wykorzystanie maty węchowej świetnie sprawdza się jako dodatkowa nagroda za wykonany trening. Po zakończonych ćwiczeniach, rozsyp garść jedzenia na matę i pozwól swojemu psu ją przeszukać. To pomoże również wyciszyć emocje po ekscytujących zajęciach.



### Ciekawostka:

Używając do zabaw jedzenia o intensywniejszym zapachu, wcale nie ułatwiamy psu zadania, wręcz przeciwnie. Im mocniejszy zapach ma jedzenie, tym bardziej się on rozprzestrzenia, co utrudnia psu zlokalizowanie jedzenia.





## 5. Co w trawie piszczy

Do tej zabawy potrzebujesz:

- garści psiego jedzenia
- trawy/ kępy liści

Zabawa podobna do tej z użyciem maty węchowej, lecz zamiast maty używamy... trawy.

Podczas spaceru z psem, robiąc sobie krótką przerwę rozsyp garść psich smakołyków w trawę i wydaj hasło "szukaj". Pamiętaj, aby hasło wydać RAZ i nie rozpraszać psa mówiąc do niego, kiedy niucha.

Na początku dla ułatwienia możesz wskazać palcem okolicę, gdzie rozsypałeś/aś psie jedzonko.

### **Dodatkowe rady:**

- ➔ Nie rozsypuj jedzenia w okolicach śmietników, za balkonami czy w innych miejscach, gdzie często można znaleźć rzeczy, których lepiej, aby Twój psiak nie zjadł. Są miejsca, gdzie ludzie często wyrzucają resztki swojego obiadu, zepsute jedzenie, kości itp. Zanim rozsypiesz smaczki swojemu psu, rozejrzyj się czy jest to bezpieczne miejsce na buszowanie w trawie.
- ➔ Rozsypanie smaczków w trawie, kępie liści, a nawet zwyczajnie na chodniku często jest dobrym sposobem na odwrócenie uwagi psa np. od niepokojącego go obiektu. Jeśli Twój pies obawia się np. rowerzystów i nawet z dużej odległości zaczyna już na nich szczekać, działaj proaktywnie. Widząc z oddali, że ktoś pędzi na rowerze, rozsyp smakołyki psu i zachęć do szukania ich. (Jeśli niepokojący obiekt zbliża się w waszym kierunku, najpierw odejdźcie w inną stronę, aby zwiększyć odległość).



### **Uwaga!**

Pamiętaj, że każdy przypadek należy rozpatrywać indywidualnie i nie ma złotego środka dla wszystkich psów w każdej sytuacji. Ta porada nie zastępuje indywidualnej porady behawioralnej.

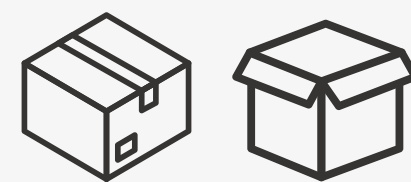


## 6. Kartonowe matryoszki

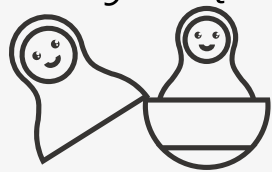
Do tej zabawy potrzebujesz:

- kartonowe pudełka o różnych wymiarach
- wszelkiego rodzaju jedzenie, które Twój pies lubi i może jeść
- opcjonalnie: gryzak, kong, ulubiona zabawka psa

Do tej zabawy potrzebne będą kartonowe pudełka o różnych rozmiarach. Mogą być to pudełka np. po butach, ciastkach, ryżu, płatkach śniadaniowych, kosmetykach, lekach, (Uwaga! Zanim je użyjemy upewnijmy się, że są całkowicie puste i czyste), a nawet rolki po ręczniku papierowym czy papierze toaletowym, które po obu stronach zagniatamy.



(Dla tych, którzy nie wiedzą, czym jest matryoszka - "...zabawka, złożona z drewnianych, wydrążonych w środku lalek, włożonych jedna w drugą." (źródło Wikipedia))



### Jak stworzyć matryoszkę:

Wybieramy kilka pudełek (choć na początku możemy użyć tylko jedno lub dwa "na próbę").

Do najmniejszego pudełka wkładamy smaczek. Pudełko ze smaczkiem wkładamy do większego pudełka, do którego również wkładamy smaczka. Pudełka ze smaczkami wkładamy do jeszcze większego pudełka i tam również umieszczamy smaczka itd.


W ten sposób tworzymy kartonowe matryoszki pełne niespodzianek dla naszego psa.


Matryoszki możemy wypełnić dowolnym jedzeniem (oczywiście takim, które psy mogą spożywać). Czym więcej różnorodności tym lepiej. Wykorzystujemy np. gotowe smakołyki, trochę psiej karmy, kawałek sera, jeśli Twój pies lubi możesz też włożyć tam kawałek obranej marchewki, czy owoców, które psy mogą jeść, czyli np. kawałek (obranego i bez pestek!) jabłka, jagody, kawałek ugotowanego batata itd.

Sam/a najlepiej wiesz co Twój pies lubi najbardziej :)





Gotową matrioszkę dajemy psu i delectujemy się widokiem, jak próbuje dostać się do jedzenia, kombinuje, rozrywa kartony i jaki dumny jest z tego, kiedy mu się to udaje. Co prawda, sprzątanina po matrioszkach jest sporo, ale ten dumny wyraz na pyszczku psa jest tego wart 

 **Protip** → Do najmniejszego pudełka (czyli tego, do którego pies dostanie się na sam koniec) możesz włożyć gryzaka, kongę wypełnioną psią pastą lub ulubioną zabawkę psa. Będzie to cudowne zwieńczenie sukcesu Twojego psiaka :D

### **Wersja dla hardkorów:**

Dla utrudnienia, pudełka możemy zaklejać taśmą, ale WAŻNE, aby przy pierwszych razach sprawdzić, czy pies nie zjada taśmy oraz, czy nie jest to dla niego zbyt trudne, aby psiak nie zaczął się frustrować.

**Uwaga!** Nie wykorzystujemy do zabawy kartonów, które przesiąkły intensywnym zapachem tego, co miały w środku, jak np. opakowania po czarnej herbacie, które dodatkowo często w środku mają pozostałości po herbacianych torebkach.

**Uwaga2!** Jeśli tak jak ja wkręcisz się w robienie matrioszek swojemu psu, pewnego dnia możesz zorientować się, że Twój dom opanowały kartony i są one już dosłownie wszędzie :D





## 7. Pudełko niespodzianek:

Do tej zabawy potrzebujesz:

- dużo pudełko x1
- stara gazeta, niepotrzebne papiery i/ lub rolki po papierze toaletowym x ile uda się uzbierać
- smaczki/ gryzaki/ zabawki psa

Kolejna zabawa z wykorzystaniem pudeł (lubię nadawać rzeczom drugie życie ;))

Do kartonu wrzucamy zagniecione kulki z powyrywanych stron ze starej gazety i/ lub rolki po papierze toaletowym. Najlepiej, aby zakryły całe dno pudła. Do tego samego pudła wrzucamy małe smaczki i dajemy psu, aby przedzierając się przez przeszkody, wydobył je. Do pudła możemy wrzucić też kawałki gryzaków, których zjedzenie zajmie dłuższą chwilę, czy zabawkę psa.

### **Dodatkowe rady:**

Do zabawy wybierzmy takie pudło, do którego dna pies będzie mógł się dostać, czyli nie wybieramy ogromnego, wysokiego pudła dla 5 kilogramowego psa, które jest trzy razy większe od niego.

Wskazane jest wybranie pudła, do którego pies może "zanurkować" wkładając do niego głowę lub nawet wchodząc do niego łapkami.





## 8. Ja se tu flaki wypruwam

Do tej zabawy potrzebujesz:

- dziurawy pluszak
- kilka smakołyków psa/ gryzak/ lubiana przez psa zabawka

Niech nie zmyli Was nazwa tej zabawy - podczas niej nikt nie ucierpi (no może poza nieszczęsnym pluszakiem ;)).

Kupujesz psu nowiutką, mięciutką zabawkę, myślisz, że będzie z nią dorastać jak wiele psiaków, których zdjęcia widziałeś w internecie, ale Twój słodki piesek już pierwszego dnia rozszarpuje ją na strzępy? Nic straconego.

Taka zabawka, kiedy już spełni swoją funkcję (którą Twój psiak sam jej nadał) i zostanie rozerwana, zamiast ją wyrzucać lub odstawiać w kąt, możemy nadać jej zupełnie nową rolę.

Weź kilka psich smakołyków lub gryzaka, a nawet inną, mniejszą zabawkę swojego psa, którą bardzo lubi i schowaj w pluszaku, po czym daj ją swojemu psu niczym zwierzynę, która została rzucona psu na pożarcie.

To, co ukryjesz w pluszaku, zależy od Twojej wyobraźni ;)

Usiądź z boku i obserwuj, jak Twój psiak uruchamia swój instynkt łowiecki, a w zasadzie to ostatnie jego etapy

(kill bite - rozczłonkowanie - zjedzenie (w przypadku zjadliwych "wnętrzości")).

**Uwaga!** Jeżeli w pluszaku jest watolina (lub inne wypełnienie) upewnij się, że pies jej nie zjada.





### **Dodatkowe rady:**

- Do zabawy możesz użyć także starej skarpetki (o ile Twój pies nie kradnie “nielegalnych” skarpetek) zamiast pluszaka lub czegoś podobnego, co jest miękkie i można w tym ukryć psie skarby.



### **Ciekawostka:**

Sukcesy, takie jak wydobywanie smakołyków z trudno dostępnych miejsc, podnoszą pewność siebie psa. Dlatego ważne jest, żeby zabawy zaaranżować w taki sposób, aby psu zawsze się udawało. Dobrze jednak, aby pies musiał się trochę natrudzić i kombinować, a co za tym idzie - uruchomić logistyczne myślenie, które dodatkowo, pozytywnie zmęczy psa.





# 9. Przeciąganie

Do tej zabawy potrzebujesz:

- szarpak

Szarpaki to popularne zabawki dla psów. Na rynku jest ich cała masa. Wybór sprowadza się głównie do materiału, długości i koloru.

## Jaki szarpak wybrać?

Osobiście lubię używać szarpaki, które mają minimum 1 m długości, są wyposażone w amortyzator, a na końcu mają sztuczne futro, które dodatkowo motywuje psy. Mój psiak za to ma zwykle inny pomysł na naszą zabawę i woli udostępnić mi futrzaną część, a sam szarpać rączkę i część z amortyzatorem. Dzięki temu, jak duży mamy wybór, szarpak możemy dobrać indywidualnie do preferencji naszego psa, jak i własnej. Należy jednak wybierać dość długie szarpaki, takie, aby podczas zabawy nasza ręka nie była zbyt blisko pyszczka psa.

## Jak bawić się szarpakiem?

Wydawać by się mogło, że wystarczy wziąć zabawkę i zwyczajnie zacząć przeciągać się nią z psem. Jednak sprawa wcale nie jest taka oczywista. Otóż istnieje kilka zasad, których powinniśmy być świadomi, a nawet powinniśmy wykuć je na pamięć i ich przestrzegać.

- ➔ Podczas zabawy nie nachylamy się na wprost nad psem. Ustawiamy się do niego lekko (lub całkowicie) bokiem.
- ➔ Nie wpatrujemy się w oczy naszego psa (tak, nawet podczas zabawy)
- ➔ Zabawkę szarpiemy delikatnie(!), płynnie na boki. Nigdy nie szarpiemy zabawką pionowo. Może to uszkodzić kręgi szyjne psa.
- ➔ Przez większość zabawy pełniemy funkcję raczej "trzymacza" zabawki, pozwalając szarpać ją naszemu psu.

Jeśli Twój pies zna już polecenia takie, jak "puść" (psiak ma puścić zabawkę), "łap" (może ją ponownie złapać), "koniec" (mówi psu, kiedy zabawa się kończy), wykorzystuj je podczas zabawy. Jeśli jeszcze ich nie zna, warto je wprowadzić.



## Jak wypracować powyższe polecenia?



**“puść”** (uproszczona wersja) / **“łap”**

Podczas zabawy, zatrzymujemy zabawkę na naszej nodze i wypowiadamy hasło “puść”. Czekamy aż psiak puści, wtedy chwalimy go słownie (możemy dodatkowo nagrodzić smaczkami z kieszeni) i od razu pozwalamy ponownie ją chwycić, wypowiadając hasło “łap” i znów się przeciągamy. Powtarzamy podczas zabawy wiele razy.

Pamiętaj, aby hasło wypowiadać RAZ.

Po hasle “puść” zawsze ponownie udostępniamy psu zabawkę. Jest to swego rodzaju nagroda, w postaci dalszej, wspólnej zabawy. Jeżeli po tym hasle będziemy zabierać zabawkę dla siebie, wygasimy to zachowanie, bo pies uzna, że to mu się zwyczajnie nie opłaca.

### **“koniec”**

Kiedy chcemy zakończyć zabawę, wypowiadamy hasło “koniec”, puszczaemy zabawkę i odchodzimy, nie zwracając już uwagi na psa. Zabawkę możemy zostawić psu, aby mógł jeszcze ją sam pogryźć.

Ważne, aby po tym hasle nie kontynuować zabawy, nawet jeśli psiak nadal nas zaczepia, kładzie na nas zabawkę i robi maślane oczy czy wręcz wpycha nam ją do rąk.

Jeśli trudno mu zaakceptować ten fakt, że zabawa z nami się skończyła, zanim odejdziemy, możemy rozsypać mu kilka smakołyków, dać gryzaka, kongę itp. aby zajął się tym, zamiast wymuszać nasz powrót do zabawy.





# 10. zabawki inteligentne

Do tej zabawy potrzebujesz:

- Inteligentne zabawki
- Smakołyki psa

Gotowe, **kreatywne zabawki dla psa**, to dobre rozwiązanie, gdy np. w porze, w której zwykle poświęcamy czas pupilowi, musimy zająć się czymś innym, kiedy danego dnia coś ważnego nam wypadło i mamy mało czasu lub nasz psiak zostaje sam na kilka godzin, a my nie mamy, kiedy przygotować *kartonowej matrioszki, pudełka niespodzianek* czy np. *naleśników*.

Przykładowymi zabawkami inteligentnymi dla psa są kula smakula, flip board, psie maty edukacyjne, twister dla psa, tornado dla psa i wiele, wiele innych. Wystarczy wpisać w przeglądarkę zabawka inteligentna/ interaktywna/ edukacyjna/ behawioralna (nazwy używane zamiennie) dla psa, a ukaże nam się ich cała lista.

Zwykle ich zastosowanie sprowadza się do tego, że w ukryte miejsca, szufladki, dołki itp. umieszczamy smakołyki/ suchą karmę psa, a on musi się natrudzić, aby je stamtąd wydostać.



## Na co zwrócić uwagę?

Zawsze, kiedy dajesz swojemu psu nową zabawkę, upewnij się, że nie ma ona części, które psiak może zjeść. Zabawki inteligentne często mają elementy, które pies np. musi stracić łapką czy nosem, aby dostać się do smakołyka. Zawsze przy pierwszych kontaktach psa z zabawką towarzyszy mu przy tym i sprawdź, czy nie próbuje zjeść plastikowych (lub innych) elementów (w takim wypadku oczywiście nie pozwól, aby do tego doszło).

Warto także odpowiednio dobrać zabawkę do psa. To znaczy, że nie wybieramy wielopoziomowej zabawki z masą utrudnień dla szczeniaka.

Przygodę z kreatywnymi zabawkami zaczynamy od tych łatwiejszych (także w przypadku psów dorosłych). Kiedy widzisz, że Twój czworonóg radzi sobie z nimi bez większych problemów i nie wywołują w nim frustracji, możesz podnieść poprzeczkę i podarować mu zabawkę, która wymaga więcej myślenia, kombinowania i energii.

Pamiętaj, że w zabawie chodzi o to, żeby było fajnie i przyjemnie :)





# Na zakończenie

Wielokrotnie, w opisie zabaw wspomniałam o tym, aby zabawy rozpoczynać od łatwego poziomu i z czasem go podnosić. To ważne, żeby podczas zabaw pies odnosił sukces. Zaaranżujmy wszystko tak, aby naszemu psu udało się znaleźć zabawkę czy dostać się do ulubionych smakołyków. Tym samym unikniemy frustracji naszego psiaka i pomożemy mu podnieść pewność siebie, której niestety psom często (wbrew pozorom) brakuje.

Zabawy, które proponuje, męczą psa w zdrowy sposób, a to oznacza, że nie podnoszą kortyzolu, który w nadmiarze ma bardzo negatywny skutek na organizm naszego psa. Długofalowy, wysoki poziom kortyzolu m.in. obniża odporność organizmu, zaburza pracę narządów i obniża nastrój psa, mogąc doprowadzić do tzw. frustracyjnego wigoru, czego efekty możemy dostrzec nawet gołym okiem, obserwując zachowanie naszego czworonoga. Zatem dbając o odpowiedni rodzaj aktywności, dbamy także w pewnym stopniu o zdrowie fizyczne oraz psychiczne.

Proponowane przeze mnie aktywności prowadzą do uwalniania dopaminy i podniesienia poziomu endorfin.

Większość z opisanych zabaw zawiera elementy łańcucha łowieckiego, zatem aktywujemy naturalne zachowania psa, które zaspokajają jego potrzeby. Podczas tych aktywności pies intensywnie używa najważniejszego dla niego zmysłu - węchu, który jak powszechnie wiadomo, prowadzi do zmęczenia i wyciszenia psa.





Oczywiście są to tylko propozycje, które ja sama stosuję z moim psem. Możesz je modyfikować na wiele sposobów, dodawać coś od siebie, zmieniać, mieszać. Poobserwuj swojego psa i znajdź najlepsze rozwiązania dla Was.

Mam nadzieję, że będziecie dobrze się bawić, a być może dostrzeżesz zmiany w zachowaniu swojego psa na co dzień i do Waszego wspólnego życia zawita więcej harmonii oraz spokoju.

Na zakończenie wstawiam zdjęcie przykładowego psiego placu zabaw, jaki czasem tworzę dla mojego psa, kiedy muszę zająć się czymś pilnym, a jego rozpiera energia i najchętniej wszedłby mi na głowę. Jest to nic innego jak połączenie kilku zabaw z tego e-booka, które wspólnie tworzą psi raj na ziemi. Być może zainspiruje Cię to do stworzenia takiego placu od czasu do czasu swojemu psu :)

