

käyttäytyminen

Pelko on ikävä kumppani

Uusivuosi on painajainen, jos koira pelkää ilotulitteita. Itsevarmuutta opetetaan pienin askelin ja yhdistämällä useita koulutusmenetelmiä.

Teksti **Jaana Pohjola** Kuva **Shutterstock**

Koiran pelko syntyy, kun tietty ärsyke ennakoi kipua tai jotakin muuta epämiellyttävää. Syntymekanismeja ei tunneta tarkkaan, mutta on merkillepantavaa, että pelot yleistyvät helposti. Jos koira pelkää ilotulitusta, se alkaa usein pelätä myös ukonilmaa, sadetta, tuulta ja pimeyttä. Pelokasta koiraa ei saa missään tilanteessa kouluttaa säikyttelemällä tai rankais-

Piiloutumista ei kannata estää vaan hyödyntää pelon käsittelyssä.

malla, koska pelokas koira kärsii kovasta stressistä. Jatkuva paine ja uhka saattavat jopa sairastuttaa koiran.

Pelkoihin saa helpotusta käyttämällä useita seuraavaksi esiteltyjä keinoja yhdessä.

Vastaehdollistaminen

Vastaehdollistaminen kuuluu assosiativiseen oppimiseen ja on yksi klassisen ehdollistamisen menetelmistä.

Tarkoituksena on muodostaa negatiivisen ja positiivisen asian välille yhteys. Käytännössä tämä tarkoittaa, että koiralle pelkoa aiheuttava ärsyke, esimerkiksi kova ääni tai äkillinen liike, yhdistetään johonkin positiiviseen, kuten ruokaan tai leikkimiseen.

Kun kaksi asiaa yhdistetään riittävän monta kertaa toisiinsa, pelottava ärsyke alkaa ennakoita koiran mielessä positiivisia seurauksia, eikä se enää stressaa pelottavia tilanteita niin paljon.

Vastaehdollistamisen alussa etsitään pelottavaan asiaan sellainen etäisyys, jonka koira sietää. Toisin sanoen koiran tulee pystyä vielä syömään tilanteessa.

Systemaattinen siedättäminen

Systemaattinen siedättäminen on myös klassisen ehdollistamisen menetelmä, jossa pelottaviin asioihin totutellaan asteittain. Systemaattisen siedättämisen tavoitteena on totuttaa koiraa pelottavaan ärsykkeeseen hyvin pienin askelin, jotta ärsykkeen merkitys koiralle vähenee.

Siedättäminen tulee aloittaa aina niin pienestä ärsykkeestä, että koiran sietokyky ei ylitä. Jos koira pelkää esimerkiksi miehiä, sopiva alku siedättämiseen voisi olla tilanne, jossa koira katselee miehiä aidan takaa ilman että miehet lähestyvät koiraa.

Ihmisen on syytä pysytellä mahdollisimman rauhallisena ja käyttäytyä normaalisti, jottei hermostuneisuus tartu koiraan.

Mikäli koira kestää pelottavaa ärsyketä matkan päästä ja pysyy tyynenä, tilanteeseen voidaan vähitellen lisätä miellyttäviä asioita, kuten puruluita, makupaloja tai leikkimistä.

Pelkoreaktion keskeyttäminen

Jos koira osaa jonkin tempun hyvin, operantti ehdollistaminen on hyvä lähtökohta pelkojen käsittelyyn.

Kun koira osoittaa levottomuuden merkkejä, pelkoreaktio keskeytetään tarjoamalla koiralle toimintaa, jossa se on onnistunut. Esimerkiksi istuminen ja palkkion saaminen voi olla koiran mielestä mukavaa, jolloin se rentoutuu eikä mahdollisesti keskity niin paljon pelkäämiseen.

Osa koirista vastaa hyvin koulutukseen, jossa koira saa itse olla aktiivinen toimija. Tällaiset yksilöt ovat usein motivoituneita harjoittelijoita, ja niiden arkuuden käsittelyssä kannattaa hyödyntää operantti ehdollistamista.

Keskeyttämisessä on olennaista, että keskeytystoiminta, esimerkiksi istuminen, koulutetaan niin varmaksi, että siitä tulee koiralle palkitsevaa. Lisäksi koiraa siedätetään niin hyvin, että se pystyy toistamaan temppua pelottavaa asiaa muistuttavan tilanteen vallitessa. Vähitellen temppua voidaan alkaa toistaa alkuperäisessä pelottavassa tilanteessa.

Turvapaikka

Koirat pyrkivät usein tiettyihin paikkoihin silloin kun ne ovat peloissaan. Jotkut koirat haluavat komeroon tai sängyn alle, osa puolestaan kylpyammeeseen. Tavallisesti turvapaikka on pimeä ja hyvin äänieristetty, melko ahdas komero tai häkki, jossa koira on tottunut olemaan vapaaehtoisesti.

Piiloutumista ei kannata estää vaan hyödyntää pelon käsittelyssä. Usein koira pystyy rentoutumaan ja nukkumaan pelottavan tilanteen aikana, jos sillä on turvapaikka.

Turvapaikkaan kannattaa yhdistää vastaehdollistaminen. Aina kun pelottava asia esiintyy, koira ruokitaan turvapaikassa, johon esimerkiksi valot eivät näy ja äänet kuuluvat vaimeasti.

Turvapaikan turvallisuutta alleviivataan tuomalla sinne positiivisia asioita, kuten ruokaa. Paikkaa kannattaa käyttää kaikissa koiraa arveluttavissa tilanteissa, kuten immunoinnin tai kovan melun aikana.

Feromonit ja lääkkeet

Koiraa tyynnyttävä feromoni (DAP) voi olla hyödyllinen erilaisissa pelko- ja ahdistustilanteissa. Saatavilla on esimerkiksi pistorisäällä laitettavia haihduttimia, joista haihtuu sisäilmaan koiraa rauhoittavia hajuja.

DAPia voi kokeilla yhdessä muiden menetelmien kanssa. Vain hyvin lievissä tapauksissa DAP riittää yksinään.

Pelkoon on olemassa myös lääkkeitä, joiden käytöstä voi neuvotella eläinlääkärin kanssa. Lääkkeitäkään ei tule käyttää ainoana hoitokeinona, vaan tukena tulisi aina olla suunnitelma muista toimenpiteistä. Yksikään lääke ei voi poistaa arkuutta tai pelkoa pysyvästi, eikä käytöksen muokkaamiseen ole keksitty nopeita ihmekeinoja. 

Muista ennaltaehkäisy

- Tärkein tapa välttää pelkotiloja ja liiallista arkuutta on ennaltaehkäisy. Se tarkoittaa pennun asianmukaista sosiaalistamista sekä aikuisen koiran siedättämistä mahdollisesti pelottaviin ärsykkeisiin.
- Mitä itsevarmempi koira on, sitä paremmat edellytykset sillä on käsitellä pelkojaan. Itsevarmuutta voidaan kehittää tarjoamalla koiralle toimintaa, jossa se kokee olevansa hyvä ja saa omistajaltaan positiivista palautetta.
- Mitä enemmän koiran kanssa harrastetaan asioita, joista se pitää, sitä enemmän se oppii luottamaan itseensä sekä omistajaansa.



Jaana Pohjola (BSc in Applied Animal Behaviour Science) kirjoittaa lemmikkien käyttäytymiseen liittyvistä asioista. Jaana toimii eläinten käytösneuvojana ja kirjoittaa eläinkoulutusblogia. Blogin löydät osoitteesta www.elainkoulutus.wordpress.com.