



## **Jak zklidnit psa - proč může být pes neklidný až agresivní?**

**Pokud zatím „jen“ uvažujete o pořízení psa, věnujte této fázi opravdovou pozornost. Uvědomte si, co je důvodem pořízení psa. Radost dětem? Ochrana...**

**Může se zdát, že emoce jsou výsadou člověka. Tak tomu však není. I zvířata jsou emocí plná. Někdy se jejich průběh může od toho lidského lišit, jindy je naopak víceméně totožný. Vedle lásky, spokojenosti či radosti mohou zvířata pociťovat také nervozitu, strach a úzkost. Nejblíže člověku bývá pes. A právě nalezení odpovědi na otázku, jak zklidnit psa nebo jak zvládnout stres u psa tak, aby se z našeho miláčka nestal neklidný nebo dokonce agresivní pes, je velkým úkolem. Zkusme se podívat na příčiny, které mohou stres u psa vyvolat i na metody, jak uklidnit psa.**

## **Jak zklidnit psa: Povaha psa souvisí i s plemenem**

**Pokud zatím „jen“ uvažujete o pořízení psa, věnujte této fázi opravdovou pozornost. Uvědomte si, co je důvodem pořízení psa. Radost dětem? Ochrana domova? Parták na sport? Kamarád do nepohody? Buďte k sobě upřímní. I když můžete být nějakým plemenem doslova fascinováni, zjistěte si o něm co nejvíce informací, běžte se podívat na výstavy, pročtete diskuze. Některá plemena se totiž k dětem nehodí nebo s vámi maraton neuběhnou, po jiných zase nemůžete chtít, aby leželi na gauči, zatímco vy budete pracovat.**

**Zjistěte si také něco o rodičích psa.** Dobré skutky z útluků jsou dozajista prospěšné, ale bohužel mohou skončit i pohromou na obou stranách – u vás i u psa. **Některá plemena navíc mohou více inklinovat k bojácnosti**, proto se stres u psa tohoto typu nebo agresivita (projev strachu) projevuje častěji a intenzivněji.

## Stres u psa: Co je příčinou? A jak zklidnit psa?

Důvodů, proč se projeví stres u psa je mnoho. Může se jednat o ryze objektivní důvody (**ohňostroje, petardy, bouřka, nové prostředí, vysavač, cestování, nezvyklý hluk, nový soused, dítě v rodině**) anebo také mohou být **projevem nemoci či stárnutí**. Pokud se u psa projeví změna chování, je třeba nejprve vyloučit právě projev nemoci. Teprve pak je třeba začít hledat příčiny jinde a situaci řešit.

**Dlouhodobý stres u psa** se totiž může, stejně jako u člověka, **negativně podepsat na jeho zdravotním stavu**, a dokonce i **psychice**. Z milého parťáka se tak během chvíle může stát nebezpečný, agresivní pes. U objektivních příčin zkuste psa **zvykat postupně**, ať už na cestování dopravními prostředky, vysavač či koště. **Pejskovi dělejte společnost** a minimalizujte škody i stresující okamžiky. Při ohňostrojích se například společně s pejskem zavřete do místnosti, kam doléhá nejméně hluku.

## Jak uklidnit psa? Pomohou prášky i bylinky

Protože stresovou situací pro psa může být skutečně cokoli - nová situace, stříhání, cestování autem či veřejnou dopravou, váš odchod do práce, pobyt v psím hotelu..., vyhnout se stresu obvykle úplně nejde. Je třeba uvažovat, **jak stres u psa a jeho dopady zmírnit**.

### 1. Přijměte roli vyrovnaného vůdce smečky

V mnohých situacích pomůže náš klid. Podobně jako u dětí. Pes je lakmusový papírek, který vycítí naši nejistotu a strach a emoci převezme. Jakmile jsme tedy podráždění, naštvaní, bojácní, reaguje i pes tím, že se z něj stane nervózní pes, případně i agresivní pes. Cítí totiž atmosféru a bojí se. Výsledkem stresové situace tak je útok nebo útek.

### 2. Zklidňující třezalka tečkovaná

Doporučuje se malé množství oleje z třezalky vtírat do třísel. Jen pozor v letních měsících, je fotosenzitivní a může způsobit nepříjemné kožní projevy.

### 3. Sedativa jen pod dohledem veterináře

Existují situace, kdy je pes natolik vystrašený, že cesta, jak uklidnit psa, je téměř nemožná. V tomto případě se poraďte s lékařem, který může předepsat sedativa. Nikdy je však neordinujte sami, protože jsou velkým zásahem do organismu psa.

### 4. Aromaterapie

Zklidnit psa může i vůně. Například levandule se považuje za bylinu, jež zklidňují nervový systém. Kápněte pár kapek éterického oleje do aromalampy.

# Neklidný pes: Jak zklidnit psa, když je hyperaktivní

Jak už jsme naznačili, **hyperaktivita u psa nemusí být nutně „chybou“ ve výchově**. Některá plemena mají k tomuto typu chování vyšší predispozice. V tomto případě je třeba řešit otázku, jak uklidnit psa, už od štěněte. Rozhodně nelze čekat, že se problém vyřeší sám. **Co neklidný pes potřebuje?**

- **Pravidla.** Zní to trochu vojensky, ale pes je součást smečky. Vy jste ti, kdo určují pravidla. Pokud se k tomu nemáte, udělá si to pes po svém. Neklidný pes často nechápe, co má dělat s tou vší energií, kterou v sobě má. A tak zlobí. Pokud mu to nedovolíte, může se stát, že se z něj stane agresivní pes. Pravidly a rutinou pes ví, co bude a je tak klidnější. Pravidly si také usnadníte [zapojení psa do chodu domácnosti](#).
- **Výcvik.** Ten souvisí právě s pravidly. To, že se pes vyběhá na cvičáku, a navíc u toho má jasná pravidla, nám může pomoci s tím, jak psa zklidnit.
- **Psí sporty.** Skvělou variantou pro vás i pro psa, je nějaká aktivita, která je nad rámec běžného života. To spolehlivě psa uklidní a vyčerpá přebytečnou energii. Zkuste například [agility](#), které stimuluje vedle fyzické stránky také stránku psychickou. Tím, že pes musí zapojit i mozkové okruhy spálí i více energie, než když jen pobíhá po louce.
- **Psí masáž.** Pokud jste zastánci nových metod, určitě můžete zkusit i psí masáže. Ne každý neklidný pes to ocení, ale pro některé páníčky to je řešení, jak uklidnit psa. Masáže totiž můžete v klidu provádět i doma.

Tato pravidla se dají aplikovat samozřejmě na většinu psů – nejen na ty neklidné. U hodně aktivních mazlíčků je to však nezbytností k vzájemnému soužití a přežití.

## Jak zklidnit psa? Vhodnou stravou

Na chování psa má vliv i jeho strava. Existuje řada variant stravy, která se liší nejen podle velikosti psa a jeho věku, ale také podle aktivity během dne. Pokud pes dostává příliš energetické krmivo a vy s ním chodíte jen kolem bloku, může se stát, že bude neklidný až agresivní. Jak zklidnit psa v tomto případě je jasné – **uzpůsobte krmivo jeho denní aktivitě**, a to i dostatečně dopředu (například pro [březí nebo kojící fenu](#)).

Nedostatečná strava v případě, že se psem sportujete nebo se pes ocitl v jiné životní fázi, může vést naopak k **problémům s únavou, vyšší nemocností a pes se také může stávat neklidný**. Pro aktivního psa je například vhodné krmivo [Purina ProPlan s Optipower](#) a vysokým obsahem kuřete.