

راهنمای کامل و کاربردی

آموزش تربیت سگ از ۰ تا ۱۰۰

راهنمای جامع و گام به گام برای نگهداری و تربیت سگ در خانه - ویژه
ایران

ویژه ایران

کاربردی

تصویری

گام به گام

شناسنامه کتاب

آموزش تربیت سگ از ۰ تا ۱۰۰	عنوان
آموزش و تربیت سگ خانگی	موضوع
فارسی	زبان
۶ بخش، ۲۸ فصل و ۷ پیوست	ساختار
صاحبان و دوستداران سگ در ایران	مخاطب
مبتنی بر علم، پاداش و مهربانی	رویکرد

یادداشت و سلب مسئولیت

این کتاب یک راهنمای آموزشی و عمومی است و جایگزین مشاوره تخصصی نیست. برای مسائل سلامت و پزشکی همیشه به دامپزشک، و برای مشکلات رفتاری جدی مانند پرخاشگری و ترس شدید به متخصص رفتار مراجعه کنید. قیمت‌ها و مقررات در طول زمان تغییر می‌کنند؛ اطلاعات به‌روز را از منابع معتبر بگیرید. تصویرهای کتاب، نمودارها و طرح‌های آموزشی اصلی‌اند که برای روشن‌شدن مفاهیم ساخته شده‌اند.

فهرست مطالب

بخش ۱ - شناخت سگ و آماده‌سازی خانه

- ۱. چرا تربیت سگ مهم است؟ ۱
- ۲. روان‌شناسی و رفتارشناسی سگ ۱۰
- ۳. زبان بدن و ارتباط با سگ ۲۰
- ۴. نژادهای رایج سگ در ایران ۲۸
- ۵. انتخاب، آوردن و آماده‌سازی خانه ۳۸
- ۶. تجهیزات و لوازم ضروری ۴۶

بخش ۲ - تغذیه، سلامت و مراقبت روزانه

- ۷. تغذیه صحیح سگ ۵۵
- ۸. بهداشت، نظافت و گرومینگ ۶۶
- ۹. سلامت، واکسیناسیون و پیشگیری ۷۴
- ۱۰. ورزش، بازی و سرگرمی ذهنی ۸۶

بخش ۳ - تربیت پایه؛ از صفر تا دستورهای اصلی

- ۱۱. اصول علمی یادگیری و تقویت رفتار ۹۷
- ۱۲. اجتماعی‌سازی سگ ۱۰۷
- ۱۳. آموزش توالت ۱۱۶
- ۱۴. عادت به قلاده، بند، جا و کنل ۱۲۶
- ۱۵. دستورهای پایه؛ گام‌به‌گام ۱۳۴
- ۱۶. راه‌رفتن درست کنار صاحب ۱۴۵

بخش ۴ - رفع مشکلات رفتاری رایج

- ۱۷. پارس بی‌مورد و کنترل آن ۱۵۵
- ۱۸. اضطراب جدایی ۱۶۵
- ۱۹. ترس و پرخاشگری ۱۷۳
- ۲۰. جویدن، کندن و رفتارهای مخرب ۱۸۲
- ۲۱. گازگرفتن بازیگوشانه و دیگر مشکلات ۱۹۰

بخش ۵ - موقعیت‌های ویژه و زندگی واقعی

- ۲۰۰ ۲۲. تربیت توله‌سگ از روز اول
- ۲۱۰ ۲۳. سگ‌های نجات‌یافته و بزرگ‌سال تازه‌وارد
- ۲۱۹ ۲۴. سگ مسن و نیازهای ویژه
- ۲۲۸ ۲۵. سفر، مهمانی، کودکان و حیوانات دیگر
- ۲۳۷ ۲۶. ملاحظات فرهنگی، مذهبی، قانونی و ایمنی در ایران

بخش ۶ - جمع‌بندی، عیب‌یابی و گام‌های بعدی

- ۲۴۷ ۲۷. عیب‌یابی سریع و جدول مشکلات
- ۲۵۷ ۲۸. برنامه هشت‌هفته‌ای و گام‌های بعدی

پیوست‌ها و مراجع

- ۲۶۹ پیوست الف - واژه‌نامه اصطلاحات
- ۲۷۴ پیوست ب - جدول‌های مرجع
- ۲۸۱ پیوست ج - فرم‌های خام قابل چاپ
- ۲۸۵ پیوست د - نمونه پرشده فرم‌ها
- ۲۸۸ پیوست ه - تقویم و برنامه هفتگی
- ۲۹۳ پیوست و - پرسش‌های پرتکرار جامع
- ۲۹۹ پیوست ز - منابع و گام‌های بعدی یادگیری

به این سفر خوش آمدید

اگر این کتاب را در دست گرفته‌اید، یعنی تصمیم گرفته‌اید کاری بزرگ انجام دهید: نه فقط «دستور دادن» به یک سگ، بلکه ساختن یک رابطه عمیق، آرام و دوطرفه با موجودی که قرار است سال‌ها همدم شما باشد. این تصمیم، شایسته تحسین است.

این کتاب برای شرایط زندگی در ایران و برای کسانی نوشته شده که می‌خواهند سگی را در خانه - چه آپارتمان و چه خانه حیاطدار - به‌درستی و با مهربانی تربیت کنند. ما تلاش کرده‌ایم همه‌چیز را از صفر شروع کنیم: از شناخت طرز فکر سگ و زبان بدن او، تا تغذیه و سلامت، آموزش دستورهای پایه، حل مشکلات رفتاری رایج، و ملاحظات خاص فرهنگی، مذهبی و قانونی نگهداری سگ در جامعه ما.

رویکرد این کتاب، از ابتدا تا انتها، بر یک فلسفه استوار است: تربیت مبتنی بر علم، مهربانی، صبر و احترام متقابل - نه ترس، زور و تنبیه. تحقیقات و تجربه مربیان نشان داده که روش‌های مبتنی بر پاداش، هم موثرترند و هم رابطه شما و سگ را محکم‌تر می‌کنند. سگی که به شما اعتماد دارد، با اشتیاق یاد می‌گیرد.

این کتاب برای چه کسانی است؟

این کتاب برای طیف گسترده‌ای از دوستداران سگ نوشته شده است:

- کسانی که برای اولین بار سگ یا توله‌سگ به خانه می‌آورند و می‌خواهند از روز اول درست شروع کنند.
- صاحبان سگی که با مشکلات رفتاری (پارس، کشیدن بند، اضطراب، و جز آن) روبه‌رو هستند.
- کسانی که سگی بزرگسال یا نجات‌یافته را پذیرفته‌اند و به‌دنبال راه اعتمادسازی‌اند.
- هر کسی که می‌خواهد رابطه‌اش با سگ فعلی‌اش را عمیق‌تر و آموزش او را کامل‌تر کند.
- خانواده‌هایی که می‌خواهند نگهداری سگ را با ایمنی کودکان و آسایش خانه هماهنگ کنند.

☆ نکته طلایی

لازم نیست کتاب را حتماً از اول تا آخر پشت‌سرهم بخوانید. اگر مشکل خاصی دارید، می‌توانید مستقیماً به فصل مربوط بروید. اما اگر تازه‌کارید، خواندن فصل‌ها به ترتیب - به‌ویژه فصل‌های اصول یادگیری و دستورهای پایه - پایه محکمی به شما می‌دهد.

یک یادآوری صادقانه

این کتاب یک راهنمای آموزشی و مرجع آگاهی‌بخش است، اما جایگزین تخصص حضوری نمی‌شود. در دو حوزه به‌طور ویژه محتاط باشید: نخست، سلامت و پزشکی - که مرجع آن همیشه دامپزشک است، نه این کتاب؛ و دوم، مشکلات رفتاری جدی مانند پرخاشگری و ترس شدید - که در آن‌ها کمک‌گرفتن از متخصص رفتار، کار درست و مسئولانه است. در سراسر کتاب، هر جا لازم بوده این یادآوری‌ها را تکرار کرده‌ایم.

همچنین، قیمت‌ها و برخی مقررات در طول زمان تغییر می‌کنند. هر جا به هزینه یا قانون اشاره شده، آن را به‌عنوان یک راهنمای کلی ببینید و اطلاعات به‌روز را از منابع معتبر روز بگیرید. تصویرهای این کتاب نیز نمودارها و طرح‌های آموزشی اصلی‌اند که برای روشن‌تر شدن مفاهیم ساخته شده‌اند.

● نکته

هر سگ، فردی منحصر به فرد با شخصیت، نژاد، تاریخچه و ریتم یادگیری خودش است. روش‌های این کتاب را با شناختی که از سگ خودتان دارید تطبیق دهید. شما بهترین متخصص سگ خودتان خواهید شد.

نقشه راه این کتاب

این کتاب در شش بخش و بیست‌وهشت فصل، به‌علاوه پیوست‌های کاربردی، سازمان یافته است. مسیر کلی این‌گونه است:

۱. بخش یکم - شناخت سگ و آماده‌سازی خانه: طرز فکر سگ، زبان بدن، نژادها و آماده‌سازی شروع.
۲. بخش دوم - تغذیه، سلامت و مراقبت روزانه: غذا، بهداشت، واکسن و ورزش.
۳. بخش سوم - تربیت پایه: اصول علمی یادگیری، اجتماعی‌سازی، توالی و دستورهای اصلی.

۴. بخش چهارم - حل مشکلات رفتاری: پارس، اضطراب جدایی، ترس و پرخاشگری، و رفتارهای هیجانی.

۵. بخش پنجم - موقعیت‌های خاص: توله، سگ نجات‌یافته، سگ مسن، و زندگی روزمره و فرهنگی.

۶. بخش ششم - جمع‌بندی و مسیر آینده: عیب‌یابی سریع و برنامه هشت‌هفته‌ای عملی. در پایان، پیوست‌ها شامل واژه‌نامه، جدول‌های مرجع، فرم‌های آماده پیگیری، نمونه پرشده، برنامه هفتگی، پرسش‌های پرتکرار و منابع ادامه یادگیری هستند. حالا، با هم این سفر را آغاز کنیم. آماده ساختن یک رابطه ماندگار با همدم چهارپایتان شوید!

★ نکته طلایی

پیش از هر چیز، یک نفس عمیق بکشید و این را به یاد بسپارید: قرار نیست همه‌چیز را یک‌شبه یاد بگیرید یا بی‌نقص باشید. شما و سگ‌تان، با هم و گام‌به‌گام، رشد خواهید کرد. سفر خوبی داشته باشید!

بخش ۱

شناخت سنگ و آماده سازی خانه

فصل

۱

چرا تربیت سگ مهم است؟

بنیان یک زندگی آرام و شاد در کنار سگ، از طرز فکر درست شروع می‌شود.

در این فصل می‌خوانید

- اهمیت تربیت برای سگ و خانواده
- تفاوت تربیت، رام‌کردن و دستور دادن
- باورهای غلط رایج درباره تربیت
- نقشه راه یادگیری در این کتاب

تربیت سگ تنها یاد دادن چند دستور ساده نیست؛ بلکه ساختن یک رابطه دوطرفه بر پایه اعتماد، ارتباط روشن و احترام متقابل است. در این فصل می‌بینیم که چرا این رابطه ارزش وقت‌گذاشتن دارد.

۱ تربیت دقیقاً چه چیزی را تغییر می‌دهد؟

بسیاری از ما وقتی واژه «تربیت سگ» را می‌شنویم، یاد صحنه‌هایی می‌افتیم که در آن‌ها صاحب با لحن جدی فرمان می‌دهد و سگ هم با ترس اطاعت می‌کند. اما تربیت اصولی دقیقاً نقطه مقابل این تصویر است. تربیت یعنی به سگ کمک کنیم بفهمد در دنیای انسان‌ها چه رفتاری درست است و چگونه می‌تواند با ما و با محیط اطرافش کنار بیاید. سگی که تربیت‌شده است، نه از روی ترس، بلکه از روی فهم و انگیزه رفتار می‌کند؛ و همین تفاوت کوچک، همه‌چیز را عوض می‌کند.

یک سگ تربیت‌نشده لزوماً سگ بدی نیست؛ او فقط زبان زندگی در کنار انسان را بلد نیست. وقتی روی مبل می‌پرد، کفش‌ها را می‌جود، یا با دیدن مهمان از هیجان بالا و پایین می‌پرد، در واقع طبق غریزه و عادتش عمل می‌کند. وظیفه ما این است که با تربیت، یک «نقشه راه» روشن در اختیار او بگذاریم تا بداند به‌جای آن رفتارها چه کاری انجام دهد. تربیت، جای خالی این نقشه را پر می‌کند.

نتیجه یک تربیت خوب، آرامش است؛ هم برای سگ و هم برای شما. سگی که می‌داند چه انتظاری از او می‌رود، کمتر دچار استرس و سردرگمی می‌شود. خانه‌ای که در آن سگ قانون‌ها را می‌داند، خانه‌ای امن‌تر و تمیزتر است. و رابطه‌ای که بر پایه ارتباط روشن ساخته شده، رابطه‌ای عمیق‌تر و پایدارتر خواهد بود.

۱۰ تا ۱۵

دقیقه مدت ایده‌آل هر جلسه تمرین

۲ تا ۳

جلسه کوتاه تمرین در طول روز کافی است

۸۵٪

کاهش رفتارهای مخرب با تربیت منظم و پیوسته

★ نکته طلایی

تربیت یک رویداد یک‌باره نیست، یک سبک زندگی است. هر تعامل روزمره شما با سگ — از غذا دادن تا بازی کردن — فرصتی برای آموزش است. اگر این نگاه را بپذیرید، نیمی از راه را رفته‌اید.

چهار سود اصلی تربیت اصولی



شکل ۱-۱ - تربیت اصولی فقط روی رفتار سگ اثر نمی‌گذارد؛ کیفیت زندگی شما را هم بالا می‌برد.

۲ تفاوت تربیت، رام‌کردن و دستور دادن

سه واژه‌ای که اغلب با هم اشتباه گرفته می‌شوند، معناهای متفاوتی دارند و تشخیص آن‌ها به ما کمک می‌کند هدف‌مان را روشن‌تر ببینیم. «دستور دادن» یعنی گفتن یک فرمان مشخص مثل «بنشین». «تربیت» مفهومی بسیار گسترده‌تر است؛ یعنی شکل‌دادن کل رفتار، عادت‌ها و واکنش‌های سگ در طول زمان. و «رام‌کردن» در معنای رایج و غلط آن، یعنی شکستن اراده حیوان با زور و ترس — چیزی که ما در این کتاب کاملاً آن را رد می‌کنیم.

چرا روش مبتنی بر زور شکست می‌خورد؟

روش‌های مبتنی بر ترس و تنبیه شاید در کوتاه‌مدت رفتار را متوقف کنند، اما ریشه مشکل را حل نمی‌کنند و عوارض جدی دارند. سگی که از روی ترس اطاعت می‌کند، در غیاب تهدید به رفتار قبلی بازمی‌گردد. مهم‌تر از آن، ترس می‌تواند به اضطراب مزمن و حتی پرخاشگری تبدیل شود؛ چون سگ یاد می‌گیرد که حضور شما با درد و تهدید همراه است. تحقیقات رفتارشناسی نشان داده‌اند روش‌های مبتنی بر پاداش، هم سریع‌تر نتیجه می‌دهند و هم رابطه را تقویت می‌کنند.

اشتباه رایج

«سگ من از روی لجبازی گوش نمی‌دهد.» این جمله بسیار رایج، تقریباً همیشه اشتباه است. سگ مفهوم لجبازی را نمی‌فهمد. اگر گوش نمی‌دهد، یا دستور را نیاموخته، یا انگیزه کافی ندارد، یا در آن لحظه حواسش پرت یا مضطرب است.

دو نگاه به تربیت سگ

نادرست	درست
• تنبیه بدنی	• تشویق رفتار درست
• فریاد و تهدید	• صبر و تکرار
• انتظار نتیجه فوری	• ارتباط روشن
• ترساندن سگ	• ساختن انگیزه
• برخورد خشن	• احترام به سگ

شکل ۱-۲ - نگاه درست در برابر نگاه نادرست به تربیت. در سراسر این کتاب بر ستون سمت راست تکیه می‌کنیم.

۳ پنج باور غلط رایج درباره تربیت سگ

پیش از شروع، بهتر است چند تصور نادرست رایج را کنار بگذاریم. این باورها نه تنها به شما کمک نمی‌کنند، بلکه ممکن است مسیر تربیت را سخت‌تر کنند:

۱. «سگ پیر را نمی‌شود تربیت کرد.» نادرست است؛ سگ‌ها در هر سنی یاد می‌گیرند، فقط ممکن است کمی بیشتر طول بکشد.
۲. «تربیت یعنی سگ باید از من بترسد.» نادرست؛ اعتماد، نه ترس، پایه اطاعت پایدار است.
۳. «نژاد فلان اصلاً باهوش نیست و یاد نمی‌گیرد.» هر سگی یاد می‌گیرد؛ روش و انگیزه باید با نژاد و شخصیت او هماهنگ باشد.
۴. «اگر یک‌بار رفتاری را یاد بگیرد، برای همیشه بلد است.» مهارت‌ها به تمرین دوره‌ای نیاز دارند تا فراموش نشوند.
۵. «تشویقی دادن یعنی رشوه؛ سگ باید همین‌طوری گوش بدهد.» تشویقی در ابتدا انگیزه می‌سازد و بعداً به‌تدریج کم می‌شود.

♦ مثال واقعی

خانم رضایی فکر می‌کرد سگ پنج‌ساله‌اش دیگر «دیر» است برای آموزش توالت. اما با یک برنامه منظم سه‌هفته‌ای، سگ کاملاً یاد گرفت بیرون از خانه قضای حاجت کند. سن مانع یادگیری نیست؛ نبود برنامه مانع است.

۴ نقشه راه یادگیری در این کتاب

این کتاب طوری چیده شده که شما را قدم‌به‌قدم از شناخت پایه تا تربیت پیشرفته پیش ببرد. ابتدا یاد می‌گیریم سگ چگونه فکر می‌کند و چطور با ما حرف می‌زند. سپس به آماده‌سازی خانه، تغذیه و سلامت می‌پردازیم؛ چون سگ سالم و آرام، بسیار راحت‌تر تربیت می‌شود. بعد وارد تربیت پایه می‌شویم: آموزش توالت، دستورهای اصلی و راه‌رفتن درست. در ادامه مشکلات رفتاری رایج را یک‌به‌یک حل می‌کنیم و سرانجام به موقعیت‌های ویژه زندگی واقعی می‌رسیم. توصیه می‌کنیم فصل‌ها را به‌ترتیب بخوانید، به‌خصوص اگر تازه‌کار هستید؛ چون هر فصل بر فصل‌های پیشین بنا شده است. اما اگر همین حالا با یک مشکل مشخص دست‌وپنجه نرم می‌کنید، می‌توانید مستقیماً به فصل مربوط بروید و بعد به مبانی بازگردید.

مسیر شش مرحله‌ای این کتاب



شکل ۱-۳ - نقشه راه شش مرحله‌ای کتاب. هر مرحله، پایه مرحله بعد است.

اولین تمرین عملی

برای اینکه از همین فصل اول وارد عمل شوید، این سه کار ساده را انجام دهید:

- یک دفترچه کوچک برای ثبت پیشرفت سگ‌تان کنار بگذارید.
- یک هدف روشن بنویسید: «می‌خواهم سگم تا یک ماه دیگر چه چیزی یاد بگیرد؟»
- تصمیم بگیرید روزانه ده دقیقه وقت ثابت برای تمرین بگذارید.

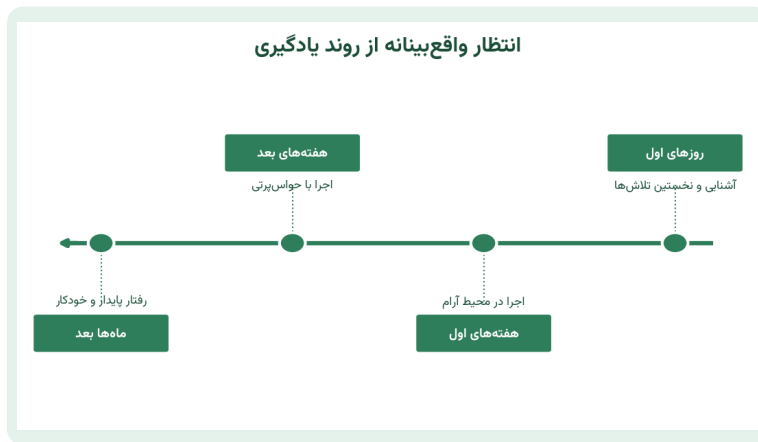
۵ اهداف واقع‌بینانه و سنجش پیشرفت

یکی از علت‌های مهم دلسردی در تربیت سگ، انتظاراتی غیرواقع‌بینانه است. بسیاری از صاحبان

سگ تصور می‌کنند سگ باید در عرض چند روز یک دستور را کامل و در هر شرایطی اجرا کند، و وقتی این اتفاق نمی‌افتد، گمان می‌کنند سگ «کودن» یا «لج‌باز» است. واقعیت این است که یادگیری یک فرایند تدریجی است و هر سگ سرعت خودش را دارد. تعیین اهداف کوچک، روشن و قابل‌اندازه‌گیری، هم به شما انگیزه می‌دهد و هم مسیر را مشخص می‌کند.

به جای هدف مبهم «سگم باید حرف‌گوش‌کن شود»، هدف‌های مشخص بگذارید: «تا پایان این هفته، سگم در اتاق نشیمن و بدون حواس‌پرتی، با یک‌بار گفتن بنشیند». وقتی این هدف محقق شد، گام بعدی را تعریف کنید: همان دستور در حیاط، بعد در کوچه، بعد با حواس‌پرتی. این نگاه پلکانی، پیشرفت را قابل‌مشاهده و قابل‌جشن‌گرفتن می‌کند و از سرخوردگی جلوگیری می‌کند.

۱. هدف را کوچک، مشخص و زمان‌دار تعریف کنید، نه کلی و مبهم.
۲. پیشرفت را یادداشت کنید تا روند رو به جلو را ببینید (به پیوست فرم‌ها مراجعه کنید).
۳. هر مهارت را در سه سطح بسنجید: خانه آرام، محیط نیمه‌شلوغ، محیط پرحواس‌پرتی.
۴. پسرقت‌های موقت را طبیعی بدانید و به روند کلی نگاه کنید، نه نوسان روزانه.
۵. موفقیت‌های کوچک را جشن بگیرید؛ این کار انگیزه شما و سگ را زنده نگه می‌دارد.



شکل ۱-۳: یادگیری پلکانی است؛ انتظار پیشرفت یک‌شبه، سرخوردگی می‌آورد.

نکته طلایی

مقایسه درست، مقایسه سگ امروز با سگ دیروز خودش است، نه با سگ همسایه یا ویدئوهای اینترنت. هر سگ مسیر خودش را دارد؛ پیشرفت تدریجی پایدار، هدف واقعی است.

نکته

اگر بعد از تلاش منظم و واقع‌بینانه، در مهارتی هیچ پیشرفتی ندیدید، احتمالا گام‌ها را بزرگ گرفته‌اید یا پاداش به اندازه کافی جذاب نیست. به فصل اصول یادگیری بازگردید و گام را کوچک‌تر کنید.

نقش کل خانواده در تربیت

تربیت سگ، کار یک نفر نیست؛ موفقیت آن به هماهنگی همه اعضای خانه بستگی دارد. اگر یک نفر پریدن سگ را تشویق کند و دیگری آن را سرزنش، سگ سردرگم می‌شود و یادگیری کند می‌شود. سگ‌ها با ثبات و قابل‌پیش‌بینی بودن یاد می‌گیرند؛ بنابراین همه اعضای خانواده باید بر سر قوانین اصلی - مثل اینکه سگ کجا بخوابد، آیا روی مبل بیاید، و چه رفتارهایی پاداش بگیرد - توافق کنند و یکسان عمل کنند.

پیش از آوردن سگ یا در آغاز تربیت، یک گفت‌وگوی خانوادگی داشته باشید و قوانین مشترک را روشن کنید. حتی بهتر است این قوانین و کلمات دستوری را جایی بنویسید تا همه از آن‌ها پیروی کنند. کودکان هم باید با راهنمایی، در این چارچوب مشترک شرکت کنند. این هماهنگی، نه تنها یادگیری را سریع‌تر می‌کند، بلکه از سوءتفاهم و تنش در خانه هم جلوگیری می‌کند.

۱. بر سر قوانین اصلی (محل خواب، مبل، رفتارهای مجاز) توافق کنید.
۲. از کلمات دستوری یکسان استفاده کنید تا سگ سردرگم نشود.
۳. قوانین و کلمات را بنویسید تا همه اعضای خانه یکسان عمل کنند.
۴. کودکان را با راهنمایی در این چارچوب مشترک مشارکت دهید.
۵. هماهنگی خانواده، هم یادگیری را سریع‌تر و هم خانه را آرام‌تر می‌کند.

نکته طلایی

ثبات میان اعضای خانواده، به اندازه خود روش آموزش اهمیت دارد. سگی که از همه پیام یکسان می‌گیرد، بسیار سریع‌تر و بی‌استرس‌تر یاد می‌گیرد.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « تربیت یعنی ساختن یک رابطه مبتنی بر اعتماد، نه شکستن اراده سگ با زور.
- « روش‌های مبتنی بر پاداش، هم سریع‌ترند و هم رابطه را تقویت می‌کنند.
- « سگ مفهوم «لجبازی» را نمی‌فهمد؛ نافرمانی معمولاً یعنی نفهمیدن یا بی‌انگیزگی.
- « سگ در هر سنی یاد می‌گیرد؛ نبود برنامه منظم مانع اصلی است.
- « این کتاب شما را گام‌به‌گام از شناخت پایه تا تربیت پیشرفته پیش می‌برد.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: از چه سنی می‌توانم تربیت سگم را شروع کنم؟
پاسخ: آموزش‌های پایه و ملایم را می‌توان از حدود هشت‌هفتگی شروع کرد. در واقع هر چه زودتر شروع کنید بهتر است، اما هیچ‌وقت هم دیر نیست.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: روزی چند ساعت باید برای تربیت وقت بگذارم؟
پاسخ: نیازی به ساعت‌ها تمرین نیست. دو تا سه جلسه کوتاه ده تا پانزده دقیقه‌ای در روز، بسیار مؤثرتر از یک جلسه طولانی و خسته‌کننده است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا برای تربیت حتماً باید مربی بگیرم؟
پاسخ: بیشتر آموزش‌های پایه را خودتان با همین کتاب می‌توانید انجام دهید. اما برای مشکلات جدی مثل پرخاشگری، کمک‌گرفتن از مربی یا رفتارشناس حرفه‌ای توصیه می‌شود.

✓ همین امروز چه کنم؟

- همین امروز یک هدف یک‌ماهه برای سگ‌تان روی کاغذ بنویسید.
- یک زمان ثابت روزانه برای تمرین مشخص کنید و در تقویم یادداشت کنید.
- تصمیم بگیرید از این لحظه، رفتارهای خوب سگ را در همان لحظه تشویق کنید.

فصل

۲

روانشناسی و رفتارشناسی سگ

برای تربیت سگ، اول باید یاد بگیریم دنیا را از نگاه او ببینیم.

در این فصل می‌خوانید

- سگ چگونه فکر و یاد می‌گیرد
- غرایز و نیازهای بنیادی سگ
- نقش حواس پنج‌گانه در رفتار
- افسانه «رهبر گله» و واقعیت علمی

برای اینکه بتوانیم سگ را تربیت کنیم، اول باید بفهمیم او چگونه دنیا را می‌بیند، چه چیزی برایش مهم است و چطور یاد می‌گیرد. شناخت ذهن سگ، کلید همه روش‌های تربیتی است.

۱ سگ چگونه فکر می‌کند و یاد می‌گیرد؟

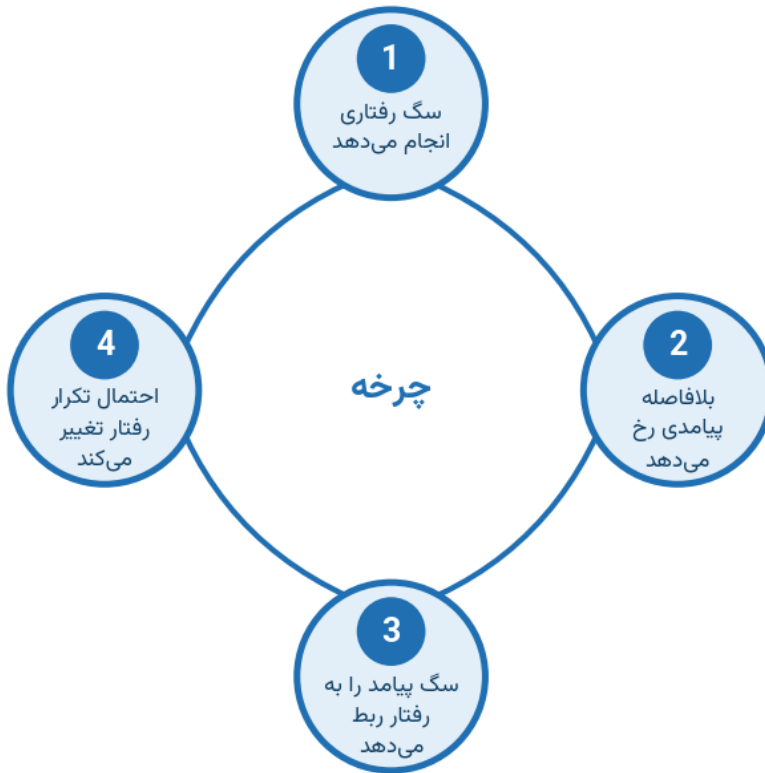
سگ‌ها موجوداتی فوق‌العاده باهوش‌اند، اما هوش آن‌ها با هوش انسان تفاوت دارد. ذهن سگ بیشتر بر پایه تداعی و پیامد کار می‌کند: «وقتی این کار را می‌کنم، آن اتفاق می‌افتد». سگ نمی‌تواند مثل ما استدلال انتزاعی کند یا درباره گذشته و آینده فکر کند. او در «حالا» زندگی می‌کند و یاد می‌گیرد که کدام رفتارها به نتیجه خوب و کدام به نتیجه بد منجر می‌شوند. این یک نکته کلیدی است: اگر می‌خواهید رفتاری را تقویت کنید، باید پیامد خوب را بلافاصله بعد از آن رفتار ارائه دهید.

درک سن ذهنی سگ هم کمک‌کننده است. از نظر توانایی یادگیری و درک احساسات، یک سگ بالغ تقریباً به اندازه یک کودک دو تا سه ساله است. این یعنی او می‌تواند صدها کلمه را یاد بگیرد، احساسات شما را حس کند و حل مسئله کند؛ اما نمی‌تواند نقشه‌های پیچیده بکشد یا از روی کینه رفتار کند. وقتی این را بپذیریم، انتظارمان از سگ واقع‌بینانه‌تر و رفتارمان با او منصفانه‌تر می‌شود.

تعریف: یادگیری تداعی‌گرا

نوعی یادگیری که در آن سگ یاد می‌گیرد دو رویداد را به هم ربط دهد؛ مثلاً صدای باز شدن در کابینت غذا را با وقت غذا. بیشتر تربیت بر همین اصل ساده استوار است.

چرخه یادگیری در ذهن سگ



شکل ۱-۲. ذهن سگ بر پایه رابطه رفتار و پیامد یاد می‌گیرد. کنترل پیامد، یعنی کنترل یادگیری.

۲ غرایز و نیازهای بنیادی سگ

سگ‌ها هزاران سال در کنار انسان تکامل یافته‌اند، اما هنوز بسیاری از غرایز اجدادشان را حفظ کرده‌اند. شناخت این غرایز به ما کمک می‌کند رفتارهای به‌ظاهر آزاردهنده را درک و هدایت کنیم. مثلاً میل به بوییدن، کندن زمین، جویدن، تعقیب اشیای متحرک و علامت‌گذاری قلمرو، همگی ریشه‌های غریزی دارند. وقتی این نیازها سرکوب شوند، به شکل رفتارهای مخرب بیرون می‌زنند؛ اما

وقتی به‌درستی هدایت شوند، به بازی و تمرین لذت‌بخش تبدیل می‌شوند.

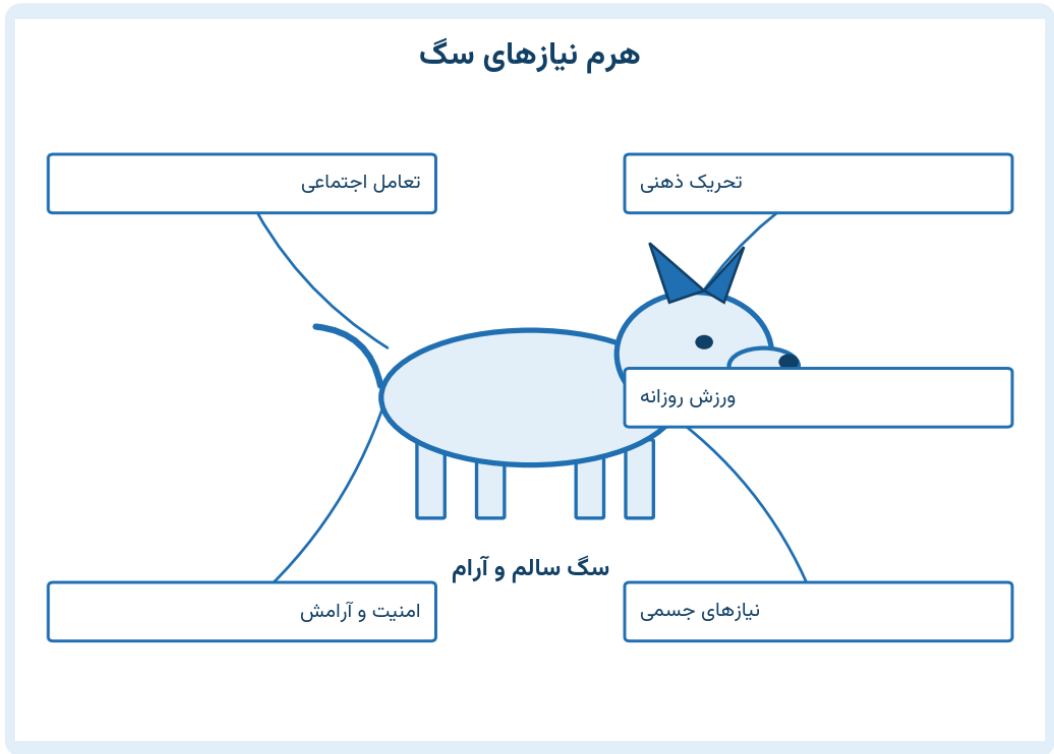
■ هرم نیازهای یک سگ سالم

می‌توانیم نیازهای سگ را مثل یک هرم تصور کنیم. در پایه هرم، نیازهای جسمی قرار دارند؛ بدون آن‌ها هیچ تربیتی ممکن نیست. در طبقه بعد، نیاز به امنیت و آرامش است. سپس نیاز به ورزش و تخلیه انرژی، و در رأس، نیاز به تحریک ذهنی و تعامل اجتماعی. سگی که نیازهای پایین هرم او برآورده نشده، نمی‌تواند روی آموزش تمرکز کند.

- نیازهای جسمی: غذا و آب کافی، خواب باکیفیت، دفع منظم و سلامت بدن.
- امنیت: مکانی امن و ثابت، روال قابل‌پیش‌بینی، نبود تهدید و ترس مداوم.
- ورزش: تخلیه روزانه انرژی متناسب با نژاد و سن.
- تحریک ذهنی: بازی فکری، بوییدن، یادگیری و کشف محیط.
- تعامل اجتماعی: ارتباط با انسان و - در صورت امکان - سگ‌های دیگر.

★ نکته طلایی

قانون طلایی رفتار: پیش از آنکه با یک «رفتار بد» مقابله کنید، از خود بپرسید کدام نیاز سگ برآورده نشده است. بیشتر بدرفتاری‌ها، فریاد یک نیاز نادیده‌گرفته‌شده‌اند، نه نشانه بدذاتی.



شکل ۲-۲ - تا نیازهای بنیادی سگ برآورده نشود، انتظار رفتار خوب و تمرکز در تمرین واقع‌بینانه نیست.

۳ نقش حواس در رفتار سگ

دنیای سگ بسیار متفاوت از دنیای ماست، چون او عمدتاً با بینی‌اش زندگی می‌کند. حس بویایی سگ ده‌ها هزار برابر قوی‌تر از انسان است. این یعنی وقتی سگ شما در پیاده‌روی مدام زمین را می‌بوید، در حال «خواندن روزنامه محله» است؛ او دارد اطلاعات حیاتی درباره سگ‌های دیگر، حال‌وهوا و محیط جمع‌آوری می‌کند. اجازه‌دادن به بوییدن، یکی از مهم‌ترین راه‌های تأمین تحریک ذهنی است.

شنوایی سگ هم بسیار قوی‌تر از ماست و او صداهایی را می‌شنود که از گوش ما پنهان است. به همین دلیل صداهای ناگهانی و بلند می‌توانند او را بترسانند. در مقابل، بینایی سگ ضعیف‌تر از ماست و او رنگ‌ها را محدودتر می‌بیند؛ اما در تشخیص حرکت و دیدن در نور کم بسیار قوی است. شناخت این تفاوت‌ها کمک می‌کند بفهمیم چرا سگ گاهی به چیزی واکنش نشان می‌دهد که ما اصلاً متوجهش نیستیم.

۲ رنگ

محدوده اصلی دید رنگی سگ: آبی و زرد

۴ برابر

دورتر شنیدن صداها نسبت به انسان

۱۰ هزار

برابر قوی‌تر بودن حس بویایی سگ از انسان

نکته

چون سگ‌ها در نور کم خوب می‌بینند و بویایی قدرتمندی دارند، برای پیاده‌روی شبانه مشکلی ندارند؛ اما در تاریکی به بازتاب‌دهنده یا قلابه نوری مجهزشان کنید تا برای رانندگان و دیگران قابل‌دیدن باشند.

۴ افسانه «رهبر گله» و واقعیت علمی

شاید شنیده باشید که «باید به سگ نشان دهید رئیس شما هستید» یا «نباید بگذارید سگ از شما جلوتر راه برود، وگرنه فکر می‌کند رهبر است». این باورها از یک نظریه قدیمی و امروز مردود درباره گرگ‌ها سرچشمه می‌گیرند. آن مطالعه اولیه روی گرگ‌هایی انجام شده بود که به‌اجبار در اسارت کنار هم قرار گرفته بودند، و نتایجش اساساً به سگ‌های خانگی قابل‌تعمیم نیست. خود پژوهشگر آن نظریه بعدها آن را پس گرفت.

واقعیت این است که رابطه سگ و انسان بیشتر شبیه رابطه والد و کودک است تا رقابت برای قدرت. سگ به دنبال تسلط بر شما نیست؛ او به دنبال راهنمایی، امنیت و ثبات است. وقتی شما با مهربانی و قاطعیت قانون‌ها را روشن می‌کنید و رفتار خوب را پاداش می‌دهید، نقش یک راهنمای قابل‌اعتماد را ایفا می‌کنید – نه یک رئیس ترسناک را. این همان چیزی است که سگ به آن نیاز دارد.

اشتباه رایج

روش‌هایی مثل «آلفا رول» (واژگون‌کردن سگ به پشت و نگاه‌داشتنش)، خیره‌شدن تهدیدآمیز یا غذا نخوردن جلوی سگ برای «اثبات تسلط»، نه تنها بی‌اساس‌اند بلکه می‌توانند خطرناک باشند و به ترس و پرخاشگری منجر شوند. این روش‌ها را کنار بگذارید.

♦ مثال واقعی

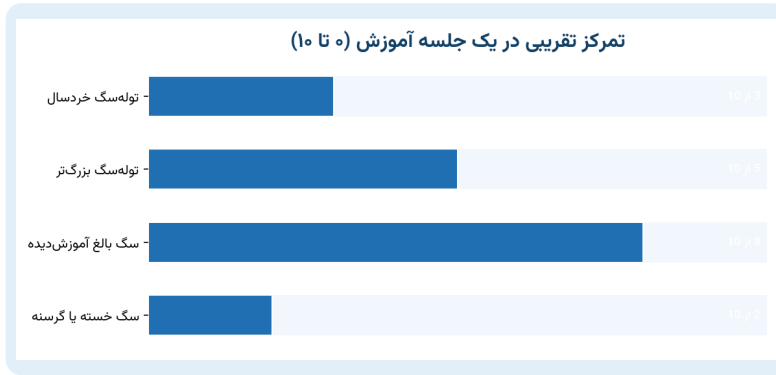
به‌جای «نشان‌دادن رئیس‌بودن»، رابطه‌ای بسازید که در آن سگ برای دریافت چیزهای خوب با شما همکاری کند: «بنشین تا قلاده‌ات را ببندم»، «صبر کن تا غذایت را بگذارم». این یعنی همکاری مبتنی بر احترام، نه اطاعت از روی ترس.

۵ حافظه، تمرکز و تفاوت‌های فردی

برای آموزش موثر، باید بدانیم ذهن سگ چگونه کار می‌کند. سگ‌ها حافظه تداعی‌گر قوی‌ای دارند؛ یعنی موقعیت‌ها، صداها و بوها را به تجربه‌ها (خوب یا بد) پیوند می‌زنند و این پیوندها می‌توانند بسیار ماندگار باشند. اما تمرکز و توجه سگ، به‌ویژه در توله‌ها، محدود است. به همین دلیل جلسه‌های آموزش باید کوتاه باشند؛ یک سگ خسته یا بی‌حوصله، دیگر یاد نمی‌گیرد، فقط ناامید می‌شود.

نکته مهم دیگر، تفاوت‌های فردی است. درست مثل انسان‌ها، سگ‌ها هم شخصیت‌های متفاوتی دارند: برخی جسور و کنجکاو، برخی محتاط و حساس؛ برخی به‌سرعت هیجان‌زده می‌شوند و برخی آرام‌اند. این تفاوت‌ها بر شیوه آموزش اثر می‌گذارند. سگ حساس به ملایمت و آرامش بیشتری نیاز دارد، در حالی که سگ پرانرژی به تخلیه انرژی پیش از آموزش. شناخت شخصیت سگ خودتان، کلید انتخاب رویکرد درست است.

- جلسه‌های آموزش را کوتاه نگه دارید؛ چند دقیقه، چند بار در روز.
- از تجربه‌های ترسناک پرهیز کنید؛ یک خاطره بد می‌تواند بسیار ماندگار باشد.
- شخصیت سگ‌تان (جسور، حساس، پرانرژی، آرام) را بشناسید و رویکرد را تطبیق دهید.
- زمان آموزش را وقتی انتخاب کنید که سگ نه خیلی پرانرژی است نه خسته.
- اگر سگ تمرکزش را از دست داد، جلسه را با یک موفقیت کوچک تمام کنید.



شکل ۳-۲ ظرفیت تمرکز سگ محدود و وابسته به سن و حال اوست (تقریبی).

مثال واقعی

اگر دو سگ دارید، احتمالاً متوجه شده‌اید که یک روش واحد برای هر دو جواب نمی‌دهد؛ یکی شاید با بازی بهتر انگیزه بگیرد و دیگری با غذا. همین تفاوت، نشان می‌دهد که آموزش باید فردی و منعطف باشد.

نکته طلایی

هیچ روش واحدی برای همه سگ‌ها وجود ندارد. بهترین مربی کسی است که سگش را مشاهده می‌کند و روش را با شخصیت و حال‌وروز او تطبیق می‌دهد.

غرایز بنیادی و نیازهای نژادی

هر سگ، فارغ از تربیت، مجموعه‌ای از غرایز را با خود دارد که از تاریخ تکاملی و نژادش سرچشمه می‌گیرند. برخی نژادها برای کارهای خاص پرورش یافته‌اند - نگهبانی، گله‌داری، شکار، یا همراهی - و این پیشینه بر رفتار و نیازهایشان اثر می‌گذارد. برای مثال، یک سگ گله‌دار ممکن است تمایل به جمع‌کردن و دنبال‌کردن داشته باشد، و یک سگ شکاری به دنبال بو و حرکت برود. درک این غرایز، به شما کمک می‌کند رفتار سگ را نه به‌عنوان «مشکل»، بلکه به‌عنوان نیازی طبیعی ببینید.

کلید کار این است که برای این غرایز، مجرای سالمی فراهم کنید. سگی که نیاز غریزی‌اش سرکوب شود، اغلب دچار ناکامی و رفتارهای مشکل‌ساز می‌شود؛ اما اگر همان نیاز را از راه درست - مثلاً بازی‌های مناسب، ورزش کافی یا فعالیت‌های نژاد-محور - برآورده کنید، سگی آرام‌تر و راضی‌تر خواهید داشت. شناخت پیشینه نژادی سگ‌تان، نقشه راهی برای فهم نیازهای اوست.



شکل ۲-۴: غرایز را نمی‌توان حذف کرد، اما می‌توان به مجرای سالم هدایت کرد.

★ نکته طلایی

رفتاری که شما «مشکل» می‌بینید، اغلب غریزه‌ای است که مجرای درستی پیدا نکرده. به جای سرکوب، برای آن یک راه سالم فراهم کنید.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « سگ در لحظه زندگی می‌کند و بر پایه رابطه رفتار و پیامد یاد می‌گیرد.
- « توان ذهنی سگ بالغ تقریباً مانند کودکی دو تا سه ساله است.
- « بیشتر رفتارهای مخرب، ریشه در نیازهای برآورده نشده دارند.
- « دنیای سگ پر از بو و صداست؛ بوییدن یک نیاز ذهنی مهم است.
- « نظریه «رهبر گله» علمی نیست؛ سگ به راهنما نیاز دارد، نه ارباب.

■ پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا سگ من واقعا احساسات مرا می‌فهمد؟

پاسخ: بله، سگ‌ها در خواندن لحن صدا، زبان بدن و حتی بوی استرس انسان بسیار توانا هستند و به حال‌وهوای شما واکنش نشان می‌دهند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چرا سگم در پیاده‌روی این‌قدر زمین را می‌بوید؟

پاسخ: بوییدن برای سگ مثل خواندن خبر است و یک نیاز ذهنی واقعی. اجازه‌دادن به بوییدن در بخشی از پیاده‌روی، سگ را آرام‌تر و راضی‌تر می‌کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: اگر بگذارم سگم جلوتر از من راه برود، فکر نمی‌کند رئیس است؟

پاسخ: خیر، این یک باور نادرست است. جای راه‌رفتن سگ ربطی به سلسله‌مراتب ندارد؛ فقط موضوعی آموزشی برای پیاده‌روی راحت‌تر است.

✓ همین امروز چه کنم؟

- امروز در پیاده‌روی، چند دقیقه به سگ‌تان اجازه آزادانه بوییدن بدهید.
- یک نیاز برآورده‌نشده احتمالی سگ‌تان را شناسایی کنید (ورزش؟ بازی فکری؟).
- هر روش مبتنی بر ترس یا تسلط را که تا حالا به‌کار می‌بردید، کنار بگذارید.

فصل

۳

زبان بدن و ارتباط با سگ

سگ‌ها مدام با ما حرف می‌زنند؛ کافی است زبان‌شان را بفهمیم.

در این فصل می‌خوانید

- خواندن حالت گوش، دم، چشم و بدن
- نشانه‌های آرامش و نشانه‌های استرس
- صداهای سگ و معنای آن‌ها
- چگونه درست با سگ ارتباط بگیریم

سگ‌ها نمی‌توانند حرف بزنند، اما لحظه‌به‌لحظه با تمام بدن‌شان با ما ارتباط برقرار می‌کنند. یادگیری این زبان خاموش، شما را از یک صاحب معمولی به یک همدم واقعی تبدیل می‌کند.

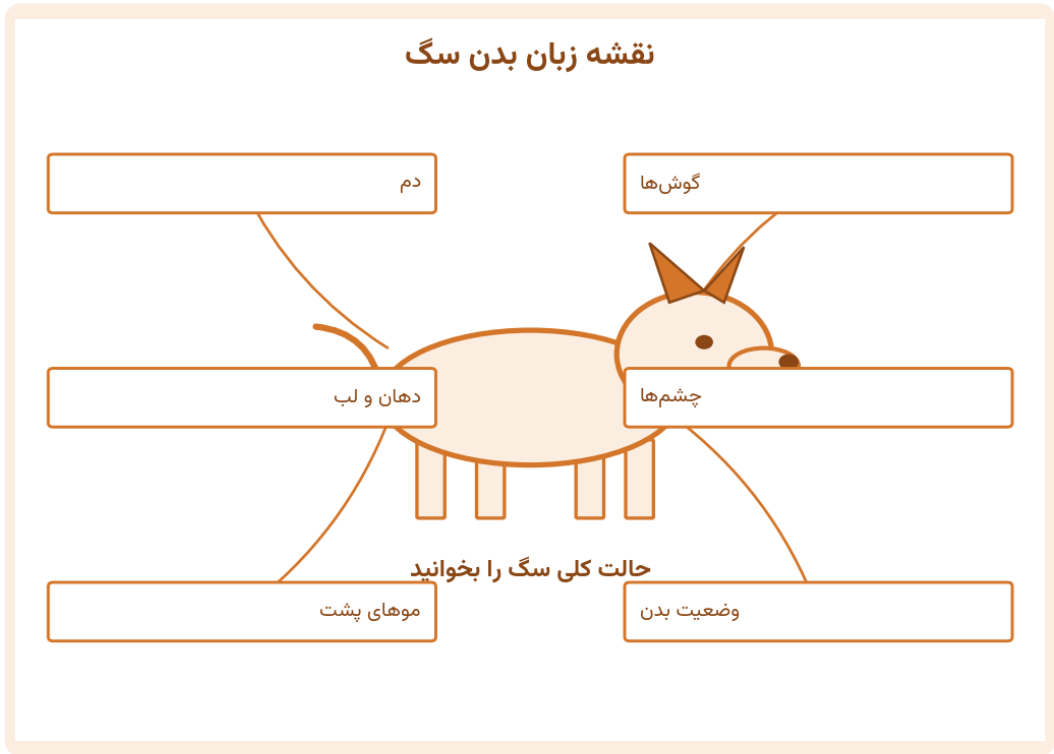
۱ چرا خواندن زبان بدن حیاتی است؟

بسیاری از گازگرفتن‌ها و درگیری‌ها قابل‌پیشگیری بودند، اگر صاحب توانسته بود نشانه‌های هشدار سگ را بخواند. سگ معمولاً پیش از هر واکنش شدید، چند علامت ملایم نشان می‌دهد: خشک‌شدن بدن، نگاه از گوشه چشم، لیسیدن لب یا خمیازه. اگر این علائم را بشناسیم، می‌توانیم پیش از تشدید موقعیت مداخله کنیم. علاوه بر ایمنی، خواندن زبان بدن به ما می‌گوید سگ کی راحت است، کی می‌ترسد و کی برای تمرین آماده است.

نکته مهم این است که زبان بدن سگ را باید به‌صورت یک «مجموعه» خواند، نه یک علامت تنها. مثلاً تکان‌دادن دم همیشه به معنی خوشحالی نیست؛ بسته به سرعت، ارتفاع و حالت کلی بدن، می‌تواند نشانه هیجان، تردید یا حتی تنش باشد. پس همیشه به کل تصویر نگاه کنید: گوش‌ها، چشم‌ها، دهان، وضعیت بدن و دم را با هم ببینید.

! هشدار جدی

هیچ‌وقت کودکان را تشویق نکنید که سگ در حال خوردن، خوابیده یا گوشه‌گیر را بغل کنند یا اذیت کنند. بسیاری از گازگرفتن‌ها زمانی رخ می‌دهند که سگ علائم «راحتم بگذار» را نشان داده، اما کسی آن را نخوانده است.



شکل ۱-۳ - زبان بدن سگ را همیشه به صورت یک مجموعه کامل بخوانید، نه بر اساس یک علامت تنها.

۲ نشانه‌های آرامش در برابر نشانه‌های استرس

یک سگ راحت و آرام، بدنی نرم و رها دارد. عضلاتش منقبض نیست، دهانش ممکن است کمی باز و زبانش آویزان باشد، و حرکاتش روان است. در مقابل، سگ مضطرب بدنی خشک و منقبض دارد، ممکن است خود را کوچک کند، دمش را پایین بیاورد یا لای پاهایش بگذارد و از موقعیت دوری کند. شناخت این تفاوت‌ها به شما می‌گوید چه زمانی باید به سگ فضا بدهید.

■ علائم استرس و ناراحتی که نباید نادیده گرفت

- خمیازه کشیدن در شرایطی که سگ خواب‌آلود نیست.
- لیسیدن مکرر لب و بینی بدون اینکه غذایی در کار باشد.
- نگاه کردن از گوشه چشم به طوری که سفیدی چشم (هلال سفید) دیده شود.
- خشک شدن ناگهانی بدن و بی‌حرکت ماندن.
- نفس نفس زدن شدید در حالی که گرم یا خسته نیست.

- پنهان شدن، عقب رفتن یا تلاش برای فرار از موقعیت.

■ علائم آرامش و رضایت

- بدن نرم و رها با حرکات روان.
- دهان کمی باز و حالت چهره آرام.
- دم در حال تکان خوردن با حرکت گسترده کل پشت بدن.
- نزدیک شدن داوطلبانه و دعوت به بازی (تعظیم بازی).
- پلک زدن آرام و گوش های در وضعیت طبیعی.

★ نکته طلایی

«تعظیم بازی» – وقتی سگ سینه را پایین و باسن را بالا می گیرد – یکی از روشن ترین دعوت ها به بازی است و نشانه حال خوش سگ. این حرکت را بشناسید و از آن لذت ببرید.

علائم آرامش در برابر علائم استرس

نادرست	درست
• بدن خشک و منقبض	• بدن نرم و رها
• هلال سفید چشم	• دهان کمی باز
• خمیازه بی دلیل	• نزدیک شدن داوطلبانه
• لیسیدن مکرر لب	• تعظیم بازی
• تلاش برای فرار	• پلک زدن آرام

شکل ۲-۳ - مقایسه علائم آرامش و استرس. در صورت دیدن علائم استرس، به سگ فضا و زمان بدهید.

۳ صداهای سگ و معنای آن ها

سگ ها علاوه بر بدن، با صدا هم با ما حرف می زنند. پارس های مختلف معنای متفاوتی دارند: پارس تند و پشت سرهم معمولاً هشدار است، پارس های منفرد و با فاصله می تواند نشانه

کسالت یا توجه‌طلبی باشد، و پارس همراه با جست‌وخیز اغلب از هیجان است. زوزه معمولاً برای ارتباط از راه دور یا واکنش به صداهای خاص است، و ناله یا زروزر می‌تواند نشانه درد، اضطراب یا درخواست چیزی باشد.

غریدن (خرخر کردن) را هرگز تنبیه نکنید. غریدن، زبان هشدار سگ است؛ او دارد می‌گوید «این وضعیت برایم ناخوشایند است». اگر سگ را برای غریدن تنبیه کنید، در واقع به او یاد می‌دهید هشدار ندهد - و سگی که هشدار نمی‌دهد، ممکن است بدون اخطار مستقیم گاز بگیرد. به جای تنبیه، علت ناراحتی را پیدا و برطرف کنید.

صدا	معنای رایج	واکنش مناسب شما
پارس تند و ممتد	هشدار یا هیجان زیاد	علت را پیدا و آرام مدیریت کنید
زوزه	ارتباط از دور یا واکنش به صدا	اگر مکرر است، علت را بررسی کنید
ناله و زروزر	درد، اضطراب یا درخواست	بررسی سلامت و رفع نیاز
غریدن	هشدار: «راحتم بگذار»	فاصله بدهید؛ هرگز تنبیه نکنید

! هشدار جدی

اگر سگ شما به‌طور ناگهانی و بدون علت روشن شروع به ناله یا تغییر رفتار صوتی کرد، ممکن است درد جسمی داشته باشد. در این موارد مراجعه به دامپزشک را در اولویت بگذارید.

۴ چگونه درست با سگ ارتباط بگیریم؟

ارتباط یک خیابان دوطرفه است. همان‌طور که ما زبان بدن سگ را می‌خوانیم، سگ هم مدام زبان بدن ما را تفسیر می‌کند. خم‌شدن مستقیم روی سگ، خیره‌شدن طولانی در چشمانش یا بغل‌کردن ناگهانی، برای بسیاری از سگ‌ها تهدیدآمیز است. به جای آن، کمی به پهلو بایستید، نگاه نرم داشته باشید و اجازه دهید سگ خودش به شما نزدیک شود. این رفتار، حس امنیت می‌سازد.

لحن صدا هم بسیار مهم است. سگ‌ها به لحن بیش از کلمه واکنش نشان می‌دهند. لحن شاد و بالا برای تشویق، لحن آرام و یکنواخت برای آرام‌کردن، و لحن کوتاه و قاطع (نه فریاد) برای متوقف‌کردن رفتار مناسب است. فریادزدن معمولاً نتیجه معکوس دارد؛ سگ یا می‌ترسد یا فکر می‌کند شما هم دارید «پارس» می‌کنید و هیجانش بیشتر می‌شود.

تمرین: ساختن تماس چشمی

یک تمرین ساده برای تقویت ارتباط: «بازی نگاه». هر بار سگ خودش به چشمان شما نگاه کرد، بلافاصله با لحن شاد تحسینش کنید و تشویقی بدهید.

- در محیطی آرام بنشینید.
- منتظر بمانید تا سگ به طور طبیعی به شما نگاه کند.
- در همان لحظه بگویید «آفرین» و تشویقی بدهید.
- این کار تماس چشمی داوطلبانه و توجه به شما را تقویت می‌کند.

مثال واقعی

آقای محمدی متوجه شد سگش هنگام نوازش شدن توسط مهمان‌ها مدام لب می‌لیسد و سرش را عقب می‌کشد. به جای اصرار، یاد گرفت به مهمان‌ها بگوید بگذارند سگ خودش تصمیم بگیرد. حالا سگ با خیال راحت‌تر به مهمان‌ها نزدیک می‌شود.

۵ اشتباه‌های رایج ما در ارتباط با سگ

ارتباط، دوطرفه است؛ اما ما انسان‌ها اغلب ندانسته پیام‌هایی می‌فرستیم که سگ آن‌ها را متفاوت از منظور ما می‌فهمد. بسیاری از سوءتفاهم‌ها میان انسان و سگ از همین‌جا ریشه می‌گیرند. برای مثال، خم شدن مستقیم روی سگ و خیره شدن به چشمانش، از نظر ما نشانه محبت است، اما برای بسیاری از سگ‌ها - به‌ویژه سگ ناآشنا یا ترسیده - می‌تواند تهدیدآمیز به نظر برسد.

آگاهی از زبان بدن خودمان، به اندازه خواندن زبان بدن سگ اهمیت دارد. حرکات آرام، نزدیک شدن از پهلو به جای روبه‌رو، و پرهیز از خیره شدن مستقیم، به سگ احساس امنیت می‌دهد. لحن صدای ما هم مهم است؛ صدای آرام و گرم، اعتماد می‌سازد، در حالی که فریاد و لحن خشن، ترس و فاصله ایجاد می‌کند. حتی حالت چهره و میزان هیجان ما بر حال سگ اثر می‌گذارد.

رفتار ما با سگ: مفید در برابر تهدیدآمیز

نادرست	درست
• خم شدن مستقیم روی سگ	• نزدیک شدن آرام از پهلو
• خیره ممتد به چشم‌ها	• صدای گرم و ملایم
• بغل کردن ناگهانی و محکم	• اجازه دادن به سگ برای پیش قدم شدن
• فریاد و حرکات تند	• حرکات آرام و قابل پیش بینی

شکل ۳-۳: گاهی نیت خوب ما، با زبان بدن نادرست، پیام اشتباه می‌فرستد.

۱. به جای روبه‌رو، کمی از پهلو و آرام به سگ نزدیک شوید.
۲. از خیره شدن مستقیم و طولانی به چشم سگ ناآشنا یا مضطرب پرهیز کنید.
۳. بغل کردن را به سگ تحمیل نکنید؛ بسیاری از سگ‌ها از فشار محکم خوششان نمی‌آید.
۴. لحن صدا را گرم و آرام نگه دارید؛ هیجان و فریاد را به سگ منتقل نکنید.
۵. به کودکان هم این نکته‌ها را بیاموزید تا ارتباط امن‌تری با سگ بسازند.

اشتباه رایج

بغل کردن، از نظر انسان اوج محبت است، اما بسیاری از سگ‌ها آن را محدودکننده و استرس‌زا می‌یابند. به نشانه‌های ناراحتی (سفت شدن بدن، رو برگرداندن، لیسیدن لب) توجه کنید و محبت را به شکلی که سگ دوست دارد ابراز کنید.

نکته طلایی

پیش از آنکه از سگ انتظار داشته باشید زبان ما را بفهمد، بیاموزیم که پیام‌های خودمان را روشن و بدون تهدید بفرستیم. ارتباط خوب، از سمت ما آغاز می‌شود.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « زبان بدن سگ را همیشه به صورت یک مجموعه کامل بخوانید، نه یک علامت تنها.
- « علائم استرس مثل خمیازه، لیسیدن لب و هلال سفید چشم را جدی بگیرید.

- « غریدن یک هشدار ارزشمند است؛ آن را هرگز تنبیه نکنید.
- « سگ‌ها به لحن صدا بیش از کلمه واکنش نشان می‌دهند.
- « اجازه دهید سگ خودش به شما نزدیک شود تا حس امنیت بسازید.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: تکان دادن دم همیشه یعنی سگ خوشحال است؟

پاسخ: نه لزوماً. دم سفت و بالا که سریع تکان می‌خورد می‌تواند نشانه هیجان یا تنش باشد. حالت کلی بدن را با هم ببینید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم وقتی دعاوایش می‌کنم سرش را پایین می‌اندازد؛ یعنی احساس گناه می‌کند؟

پاسخ: آن حالت معمولاً نشانه ترس و تلاش برای آرام کردن شماست، نه احساس گناه. سگ مفهوم گناه را آن‌طور که ما می‌فهمیم درک نمی‌کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چطور بفهمم سگم برای تمرین آماده است؟

پاسخ: وقتی بدنش رها، توجهش به شماست و علائم استرس ندارد، زمان خوبی برای تمرین است. سگ مضطرب یا بیش‌ازحد هیجان‌زده، خوب یاد نمی‌گیرد.

✓ همین امروز چه کنم؟

- امروز پنج دقیقه فقط زبان بدن سگ‌تان را در حالت‌های مختلف تماشا کنید.
- یک علامت استرس و یک علامت آرامش در سگ‌تان شناسایی کنید.
- تمرین «ساختن تماس چشمی» را سه بار در طول روز انجام دهید.

فصل

۴

نژادهای رایج سگ در ایران

هر نژاد، شخصیت و نیازهای خاص خود را دارد؛ شناخت آن، نیمی از راه تربیت است.

در این فصل می‌خوانید

- گروه‌بندی نژادها و ویژگی‌های رفتاری
- نژادهای کوچک و آپارتمانی پرطرفدار
- نژادهای متوسط، بزرگ و نگهبان
- سگ‌های دورگه و بومی ایران
- انتخاب نژاد متناسب با زندگی شما

هر نژاد سگ با هدف خاصی پرورش یافته و همین، شخصیت، انرژی و نیازهای او را شکل می‌دهد. شناخت نژاد، به شما می‌گوید چه انتظاری داشته باشید و چطور تربیت را با طبیعت سگ‌تان هماهنگ کنید.

۱ چرا شناخت نژاد در تربیت مهم است؟

سگ‌ها طی قرن‌ها برای کارهای مشخصی پرورش داده شده‌اند: برخی برای نگهبانی، برخی برای شکار، برخی برای گله‌داری و برخی صرفاً برای همراهی. این پیشینه هنوز در رفتار آن‌ها زنده است. مثلاً یک سگ گله مثل ژرمن‌شپرد، تمایل ذاتی به جمع‌کردن و کنترل دارد و به محرک‌های متحرک حساس است؛ یک سگ شکاری مثل بیگل، بینی‌اش او را همه‌جا می‌کشد؛ و یک سگ نگهبان به‌طور طبیعی به غریبه‌ها مشکوک است. وقتی این گرایش‌ها را بشناسیم، می‌توانیم به‌جای جنگیدن با طبیعت سگ، آن را به مسیر درست هدایت کنیم.

نکته مهم این است که نژاد یک «گرایش» می‌سازد، نه یک سرنوشت قطعی. هر سگ، فارغ از نژاد، شخصیت منحصر به فرد خودش را دارد و تربیت، تجربه و محیط نقش بزرگی در شکل‌گیری رفتار او ایفا می‌کنند. پس نژاد را به‌عنوان یک راهنمای کلی ببینید، نه یک برچسب تغییرناپذیر. بهترین کار، شناخت سگ روبه‌رویتان به‌عنوان یک فرد است.

★ نکته طلایی

هنگام انتخاب سگ، به‌جای اینکه فقط بپرسید «کدام نژاد قشنگ‌تر است؟»، بپرسید «کدام نژاد با سبک زندگی، زمان، فضا و انرژی من سازگارتر است؟» این یک پرسش، از سال‌ها دردسر جلوگیری می‌کند.

گروه‌بندی کلی نژادها بر اساس کارکرد



شکل ۱-۴ - شناخت گروه کارکردی نژاد، بخش بزرگی از رفتار و نیازهای آموزشی سگ را روشن می‌کند.

۲ نژادهای کوچک و آپارتمانی پرفردار در ایران

به‌دلیل زندگی آپارتمانی در شهرهای ایران، سگ‌های کوچک محبوبیت زیادی دارند. این سگ‌ها معمولاً به فضای کمتری نیاز دارند، اما تصور رایج که «سگ کوچک یعنی بدون دردسر» اشتباه است. بسیاری از سگ‌های کوچک انرژی بالا، تمایل به پارس و حساسیت زیادی دارند و دقیقاً مثل سگ‌های بزرگ به تربیت و اجتماعی‌سازی نیاز دارند. در ادامه پرتکرارترین نژادهای کوچک در ایران را مرور می‌کنیم.

نژاد	ویژگی رفتاری	نکته تربیتی کلیدی
پامرانین (پامر)	باهوش، پرانرژی، مستعد پارس	کنترل پارس و اجتماعی‌سازی زودهنگام
پودل کوچک/عروسکی	بسیار باهوش و یادگیرنده	نیاز جدی به تحریک ذهنی
شیتزو	آرام، مهربان، کمی لجوج در توالد	صبر در آموزش توالد

نژاد	ویژگی رفتاری	نکته تربیتی کلیدی
مالتیز	وابسته و حساس	پیشگیری از اضطراب جدایی
یورکشایرتیر	شجاع، فعال، پرسروصدا	کنترل پارس و کانال انرژی
شیواوا (چیواوا)	بسیار وفادار اما زودرنج	اجتماعی‌سازی و مدیریت ترس
پاک	اجتماعی و آرام، حساس به گرما	مراقبت تنفسی و وزن

اشتباه رایج

این تصور که سگ کوچک نیازی به پیاده‌روی و تمرین ندارد، اشتباه است. سگ کوچک بی‌تحرك هم چاق می‌شود، هم دچار رفتارهای مخرب و پارس مزمن. اندازه بدن کوچک است، نه نیاز به فعالیت و تربیت.

نکته

نژادهای پوزه‌کوتاه مثل پاک و شیتزو در گرمای تابستان ایران بیشتر در معرض خطر گرم‌زدگی هستند. در ساعات خنک پیاده‌روی کنید و همیشه آب در دسترس بگذارید.

۳ نژادهای متوسط، بزرگ و نگهبان

سگ‌های متوسط تا بزرگ در ایران، چه به‌عنوان همراه خانوادگی و چه برای نگهبانی، طرفداران زیادی دارند. این سگ‌ها معمولاً قوی، باهوش و نیازمند تربیت جدی‌ترند؛ چون رفتار کنترل‌نشده در یک سگ بزرگ، می‌تواند خطرناک باشد. اجتماعی‌سازی و آموزش پایه برای این نژادها نه یک انتخاب، بلکه یک ضرورت ایمنی است.

نژاد	ویژگی رفتاری	نکته تربیتی کلیدی
ژرمن‌شپرد (ژرمن)	بسیار باهوش، وفادار، کاری	نیاز بالا به ورزش و کار ذهنی
لابرادور رتریور	اجتماعی، پرانرژی، شکمو	کنترل وزن و انرژی جوانی
گلدن رتریور	مهربان، آرام، یادگیرنده	اجتماعی‌سازی و گرومینگ منظم
هاسکی سибیری	پرانرژی، مستقل، فراری	ورزش زیاد و محوطه امن
روتوایلر	قوی، محافظ، باهوش	اجتماعی‌سازی جدی و رهبری آرام
دوبرمن	هوشیار، فعال، حساس	تربیت مثبت و پیوسته

نژاد	ویژگی رفتاری	نکته تربیتی کلیدی
باکسر	بازیگوش، پرانرژی، وفادار	کانال کردن انرژی و کنترل پریدن
کین کورسو	محافظ قوی و جدی	تربیت تخصصی و اجتماعی سازی گسترده

! هشدار جدی

نژادهای نگهبان و قوی نیازمند صاحبی باتجربه، متعهد و آرام هستند. اگر تازه کار هستید، پیش از انتخاب چنین نژادی حتما با یک مربی مشورت کنید و برنامه اجتماعی سازی و تربیت را از همان توله گی جدی بگیرید.

سطح انرژی تقریبی برخی نژادهای رایج (۱ تا ۱۰)



شکل ۲-۴ - سطح انرژی، یکی از مهمترین عواملی است که باید با سبک زندگی شما هماهنگ باشد (اعداد تقریبی و کلی اند).

۴ سگ های بومی ایران و دورگه ها

ایران چند نژاد بومی ارزشمند دارد که قرن ها در کنار دامداران و روستاییان کار کرده اند. سرابی (ماستیف ایرانی) از بزرگ ترین و قوی ترین سگ های نگهبان جهان است؛ سگ قهدریجانی و سگ

کردی (پشدر) نیز از نگهبانان قدرتمند گله‌اند. این سگ‌ها به شدت مستقل، قلمروطلب و محافظ‌اند و برای زندگی آپارتمانی مناسب نیستند؛ اما در محیط مناسب، نگهبانانی بی‌نظیر و وفادارند. تربیت آن‌ها به تجربه، فضا و اجتماعی‌سازی گسترده نیاز دارد.

سگ‌های دورگه (مخلوط) که در ایران بسیار رایج‌اند، اغلب نادیده گرفته می‌شوند، در حالی‌که می‌توانند بهترین همراهان باشند. این سگ‌ها معمولاً از نظر ژنتیکی سالم‌تر و سازگارترند و شخصیت‌های متنوعی دارند. هنگام تربیت یک سگ دورگه، به جای حدس‌زدن نژاد، رفتار و انرژی خود سگ را معیار قرار دهید. بسیاری از سگ‌های نجات‌یافته و پناهگاهی نیز دورگه‌اند و با کمی صبر، همدمانی فوق‌العاده می‌شوند.

مثال واقعی

یک خانواده تهرانی یک توله‌سگ دورگه را از پناهگاه به فرزندخواندگی گرفتند. با اینکه نژادش مشخص نبود، با اجتماعی‌سازی و تربیت مثبت، به آرام‌ترین و باهوش‌ترین سگ محله تبدیل شد. نژاد نامعلوم، مانع یک سگ خوب شدن نیست.

نکته طلایی

اگر تازه‌کار هستید و دنبال یک همدم خانگی می‌گردید، گزینه فرزندخواندگی یک سگ دورگه از پناهگاه‌های معتبر را جدی بگیرید. هم یک جان را نجات می‌دهید و هم اغلب سگی سالم و سازگار به دست می‌آورید.

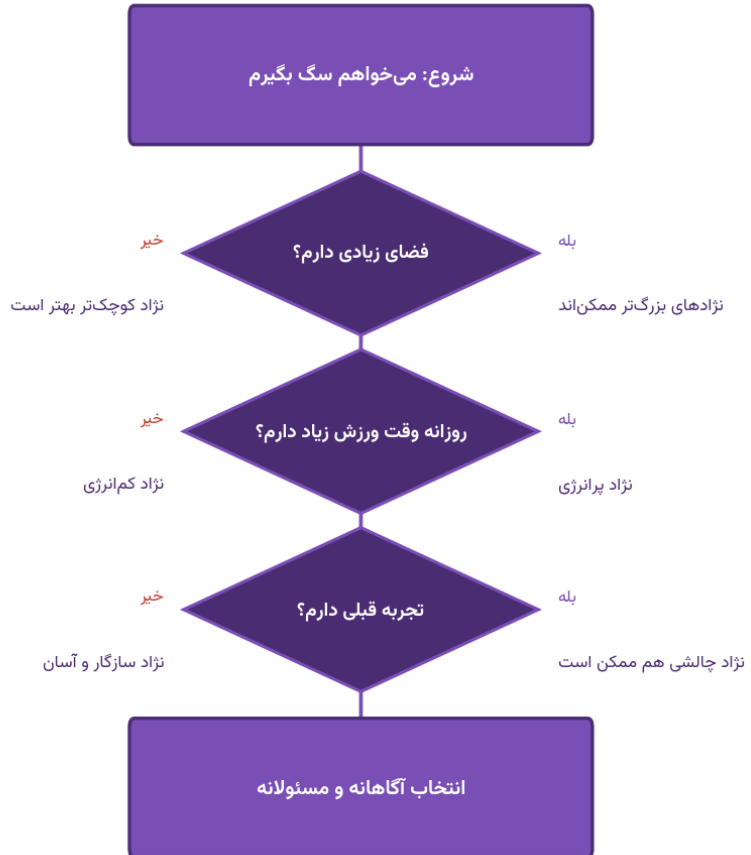
۵ چگونه نژاد متناسب با زندگی خود را انتخاب کنیم؟

انتخاب درست نژاد، یعنی صداقت با خودتان درباره شرایط زندگی‌تان. پیش از تصمیم، به این پرسش‌ها پاسخ صادقانه بدهید: روزانه چقدر وقت برای پیاده‌روی و بازی دارید؟ در آپارتمان زندگی می‌کنید یا خانه حیاط‌دار؟ تجربه نگهداری سگ دارید؟ بودجه‌تان برای غذا، دامپزشک و گرومینگ چقدر است؟ کودک کوچک یا حیوان دیگری در خانه دارید؟ پاسخ این پرسش‌ها، فهرست نژادهای مناسب شما را به شدت محدود و روشن می‌کند.

- وقت کم و فضای محدود: نژادهای کم‌انرژی‌تر و کوچک‌تر مناسب‌ترند.
- خانواده پرتحرک و فضای باز: نژادهای پرانرژی و کاری انتخاب خوبی‌اند.
- تازه‌کار: نژادهای سازگار و آسان‌تر مثل برخی رتریورها یا دورگه‌های آرام.
- نیاز به نگهبانی واقعی: نژادهای محافظ، اما فقط با تعهد به تربیت تخصصی.

- خانه دارای کودک خردسال: نژادهای صبور و آستانه تحمل بالا، همراه با نظارت دائم.

درخت تصمیم ساده انتخاب نژاد



شکل ۳-۴ - یک مسیر ساده برای رسیدن به انتخابی که سال‌ها با آن خوشحال خواهید بود.

تمرین: خودسنجی پیش از انتخاب

پیش از هر تصمیمی، این جدول کوچک را پر کنید تا انتخابتان آگاهانه باشد:

- ساعات آزاد روزانه من برای سگ: ...
- نوع مسکن من (آپارتمان/حیاطدار): ...
- بودجه ماهانه من برای نگهداری: ...
- تجربه قبلی من با سگ: ...
- سه نژاد سازگار با این شرایط: ...

۶ تطبیق نژاد با سبک زندگی شما

شناخت نژادها فقط نیمی از کار است؛ نیمه دیگر، صادق بودن درباره سبک زندگی خودتان است. زیباترین یا محبوبترین نژاد، اگر با شرایط زندگی شما هماهنگ نباشد، می‌تواند برای هم شما و هم سگ منبع رنج شود. یک سگ پرانرژی کاری در خانه کسی که تمام روز سر کار است و وقت کمی برای ورزش دارد، احتمالا دچار کسالت، اضطراب و رفتارهای مخرب می‌شود - نه به‌خاطر بدذاتی، بلکه به‌خاطر برآورده‌نشدن نیازهایش.

پیش از انتخاب نژاد، به این عامل‌ها صادقانه فکر کنید: چقدر وقت روزانه برای ورزش و توجه دارید؟ فضای زندگی‌تان چقدر است؟ تجربه قبلی شما در نگهداری سگ چقدر است؟ بودجه‌تان برای غذا، بهداشت و درمان چقدر است؟ آیا کودک یا سالمند در خانه دارید؟ پاسخ این پرسش‌ها، فهرست نژادهای مناسب شما را به‌شکل واقع‌بینانه محدود می‌کند.



شکل ۵-۴: انتخاب نژاد، باید با واقعیت زندگی شما هماهنگ باشد.

- وقت کم برای ورزش: نژادهای کم‌انرژی‌تر را در نظر بگیرید، نه نژادهای کاری.
- آپارتمان کوچک: به اندازه، سطح پارس و نیاز به فضای نژاد توجه کنید.
- تجربه کم: نژادهای آرام‌تر و آسان‌تر برای آموزش، شروع بهتری‌اند.
- کودک خردسال: نژاد و فرد سگ باید با حضور کودک سازگار و باحوصله باشد.
- همیشه فرد سگ را هم ببینید؛ شخصیت هر سگ، فراتر از کلیشه نژاد است.

! هشدار جدی

نژاد فقط یک راهنمای کلی است، نه تضمین. در هر نژادی تفاوت‌های فردی زیادی وجود دارد. هرگز سگی را فقط به‌خاطر ظاهر یا مد بودنش انتخاب نکنید؛ تناسب با زندگی شما بسیار مهم‌تر است.

☆ نکته طلایی

بهترین نژاد، نژادی است که با زندگی شما جور باشد. انتخاب صادقانه و آگاهانه، از سال‌ها دردرس برای شما و رنج برای سگ جلوگیری می‌کند.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

« نژاد یک گرایش رفتاری می‌سازد، نه یک سرنوشت قطعی؛ شخصیت فردی سگ هم مهم است.

« سگ کوچک هم به تربیت، اجتماعی‌سازی و ورزش نیاز دارد.

« نژادهای نگهبان و قوی، نیازمند صاحب باتجربه و تربیت جدی‌اند.

« سگ‌های بومی ایران نگهبانانی قدرتمند اما نامناسب برای آپارتمان‌اند.

« سگ‌های دورگه اغلب سالم و سازگارند و انتخاب خوبی برای تازه‌کارها هستند.

« انتخاب نژاد باید بر اساس سبک زندگی شما باشد، نه فقط ظاهر سگ.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: کدام نژاد برای آپارتمان بهترین است؟

پاسخ: نژادهای کم‌انرژی‌تر و کوچک یا متوسط آرام معمولاً بهترند، اما حتی آن‌ها هم به پیاده‌روی روزانه نیاز دارند. مهم‌تر از اندازه، میزان انرژی و تمایل به پارس است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا سگ نگهبان با اعضای خانواده مهربان است؟

پاسخ: بسیاری از نژادهای نگهبان با خانواده خود بسیار وفادار و مهربان‌اند، اما به دلیل قدرت و حساسیت‌شان، اجتماعی‌سازی و تربیت صحیح برای ایمنی ضروری است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگ دورگه بهتر است یا اصیل؟

پاسخ: هیچ‌کدام ذاتاً بهتر نیستند. سگ‌های دورگه اغلب سالم‌تر و ارزان‌ترند؛ سگ‌های اصیل رفتار قابل‌پیش‌بینی‌تری دارند. انتخاب به نیاز و شرایط شما بستگی دارد.

✓ همین امروز چه کنم؟

- سه نژاد سازگار با سبک زندگی خود را فهرست کنید و رفتارشان را بیشتر بخوانید.
- اگر هنوز سگ نگرفته‌اید، گزینه فرزندخواندگی از پناهگاه را بررسی کنید.
- اگر سگ دارید، گروه کارکردی نژاد او را شناسایی و نیازهایش را یادداشت کنید.

فصل



انتخاب، آوردن و آماده‌سازی خانه

یک شروع درست در روزهای اول، ماه‌ها از دردسر را از شما کم می‌کند.

در این فصل می‌خوانید

- توله‌سگ یا سگ بزرگ‌سال؟
- از کجا و چگونه سگ تهیه کنیم
- ایمن‌سازی خانه پیش از ورود سگ
- روز اول و هفته اول در خانه جدید

روزهای اول حضور سگ در خانه، پایه‌ای می‌سازند که سال‌ها روی آن بنا خواهید کرد. کمی آمادگی و برنامه‌ریزی پیش از ورود سگ، بسیاری از استرس‌ها و اشتباه‌های آغازین را از بین می‌برد.

۱ توله‌سگ یا سگ بزرگ‌سال؟

یکی از اولین تصمیم‌های مهم، انتخاب بین توله‌سگ و سگ بزرگ‌سال است. هر کدام مزایا و چالش‌های خود را دارند. توله‌سگ مثل یک صفحه سفید است؛ شما از ابتدا او را شکل می‌دهید، اما این یعنی ماه‌ها کار فشرده روی آموزش توالت، گازگرفتن دندان‌درآوردن و خواب‌های نیمه‌شب. سگ بزرگ‌سال معمولاً آرام‌تر است، شاید پایه آموزشی داشته باشد و شخصیتش روشن‌تر است، اما ممکن است عادت‌های جاافتاده یا گذشته‌ای داشته باشد که نیازمند صبر برای اصلاح است.

معیار	توله‌سگ	سگ بزرگ‌سال
شکل‌پذیری	بسیار بالا	متوسط (شدنی است)
زمان و انرژی لازم اولیه	بسیار زیاد	کمتر
پیش‌بینی شخصیت	دشوار	آسان‌تر
آموزش توالت	از صفر	اغلب تاحدی بلد است
مناسب برای	افراد با وقت زیاد	افراد پرمشغله‌تر

نکته

اگر برای اولین بار سگ می‌گیرید و وقت محدودی دارید، یک سگ بزرگ‌سال آرام از پناهگاه می‌تواند انتخابی هوشمندانه‌تر از یک توله‌سگ پرجنب‌وجوش باشد.

۲ از کجا و چگونه سگ تهیه کنیم؟

منبع تهیه سگ، تأثیر زیادی بر سلامت و رفتار او دارد. سه مسیر اصلی وجود دارد: پناهگاه‌ها و انجمن‌های حمایت از حیوانات، پرورش‌دهندگان مسئول، و - متأسفانه - فروشندگان غیرمسئول. فرزندخواندگی از پناهگاه، هم اخلاقی است و هم اغلب سگی سالم و سپاسگزار

نصیبتان می‌کند. اگر به دنبال نژاد خاصی هستید، یک پرورش‌دهنده مسئول را انتخاب کنید که والدین را نشانتان دهد، سابقه سلامت ارائه کند و به شما اجازه بازدید بدهد.

! هشدار جدی

از خرید توله‌سگ از منابع مشکوک، بازارهای غیررسمی یا کسانی که توله‌های بسیار کم‌سن (زیر هشت‌هفتگی) را جدا می‌کنند، بپرهیزید. جداسازی زودهنگام از مادر، به رفتار و سلامت توله آسیب جدی می‌زند و این منابع اغلب از شرایط نگهداری نامناسب می‌آیند.

■ نشانه‌های یک توله یا سگ سالم

- چشمان روشن و بدون ترشح، بینی تمیز.
- موی تمیز و بدون زخم، شوره یا کک.
- بدن متناسب، نه بیش‌ازحد لاغر و نه شکم بادکرده.
- رفتار کنجکاو و سرزنده، نه بی‌حال یا بسیار ترسیده.
- راه‌رفتن طبیعی و بدون لنگش.

◆ مثال واقعی

پیش از آوردن سگ، اگر ممکن است چند بار به دیدنش بروید و رفتارش را در موقعیت‌های مختلف ببینید. این کار به شما کمک می‌کند مطمئن شوید شخصیت سگ با انتظارتان هماهنگ است.

۳ ایمن‌سازی خانه پیش از ورود سگ

درست مثل خانه‌ای که برای یک کودک نوپا ایمن می‌کنیم، خانه را باید برای سگ هم ایمن کنیم. سگ‌ها – به‌خصوص توله‌ها – همه‌چیز را با دهان کشف می‌کنند و کنجکاوی آن‌ها می‌تواند خطرناک باشد. پیش از ورود سگ، روی زانو بنشینید و خانه را از ارتفاع دید او نگاه کنید؛ این‌طور خطر را بهتر می‌بینید. سیم‌های برق، اجسام کوچک بلعیدنی، مواد شوینده و گیاهان سمی، رایج‌ترین خطرهای هستند.

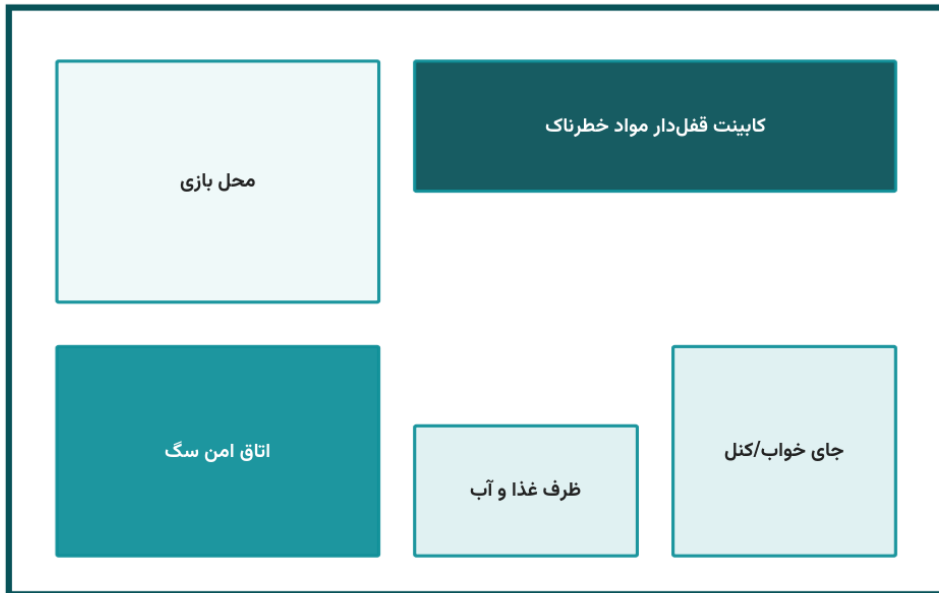
- سیم‌های برق را جمع کنید یا با محافظ بپوشانید.
- مواد شوینده، دارو و سموم را در کابینت‌های بسته و بالا نگه دارید.
- اجسام کوچک، جوراب، اسباب‌بازی کودک و زباله را از دسترس دور کنید.

- گیاهان سمی برای سگ را شناسایی و جابه‌جا کنید.
- در بالکن، پنجره‌ها و راه‌پله را ایمن کنید تا خطر سقوط نباشد.
- یک «اتاق امن» یا فضای محصور برای ساعات بدون نظارت در نظر بگیرید.

! هشدار جدی

بسیاری از خوراکی‌ها و گیاهان خانگی برای سگ سمی‌اند، از جمله شکلات، انگور و کشمش، پیاز و سیر. این موارد را در فصل تغذیه به‌طور کامل بررسی می‌کنیم؛ اما همین حالا آن‌ها را از دسترس سگ دور نگه دارید.

نمونه چیدمان ایمن یک خانه برای سگ



شکل ۱-۵ - یک چیدمان نمونه: فضاهای سگ مشخص و دلیزیرند و مواد خطرناک در ارتفاع و پشت در بسته‌اند.

۴ روز اول و هفته اول در خانه جدید

روز اول برای سگ بسیار پرتنش است؛ او ناگهان از محیط آشنا جدا شده و به دنیایی کاملاً تازه پا گذاشته است. هدف شما در این روز، نه آموزش، بلکه ساختن حس امنیت است. محیط را آرام نگه دارید، از شلوغی و مهمانی پرهیز کنید و به سگ اجازه دهید با سرعت خودش خانه را کشف

کند. یک گوشه امن با جای خواب راحت برایش آماده کنید تا هر وقت خواست به آنجا پناه ببرد. از همان روز اول، روال‌های ثابت را شروع کنید: وقت‌های مشخص برای غذا، بیرون‌رفتن و خواب. سگ‌ها با پیش‌بینی‌پذیری آرام می‌شوند. در هفته اول، انتظار «سگ کامل» نداشته باشید؛ ممکن است کم‌اشتها باشد، شب‌ها بی‌قراری کند یا چند خطای توالی داشته باشد. این‌ها طبیعی‌اند. با صبر و ثبات، ظرف چند هفته آرام می‌گیرد.

☆ نکته طلایی

از همان روز اول، نام سگ را فقط با اتفاق‌های خوب همراه کنید: غذا، نوازش، بازی. هرگز نام او را با لحن عصبانی یا برای تنبیه به کار نبرید، وگرنه یاد می‌گیرد به نامش بی‌اعتنا باشد.

◀ چک‌لیست روز اول

- یک برنامه ساده برای روز اول که استرس را کم می‌کند:
- محیط را ساکت و کم‌رفت‌وآمد نگه دارید.
- بلافاصله جای خواب و محل غذا و آب را نشان دهید.
- بعد از سفر، اول او را به محل توالی ببرید.
- اجازه دهید با سرعت خودش کشف کند؛ او را به کاوش مجبور نکنید.
- شب اول، جای خواب را نزدیک خودتان بگذارید تا کمتر احساس تنهایی کند.

؟ پرسش و پاسخ

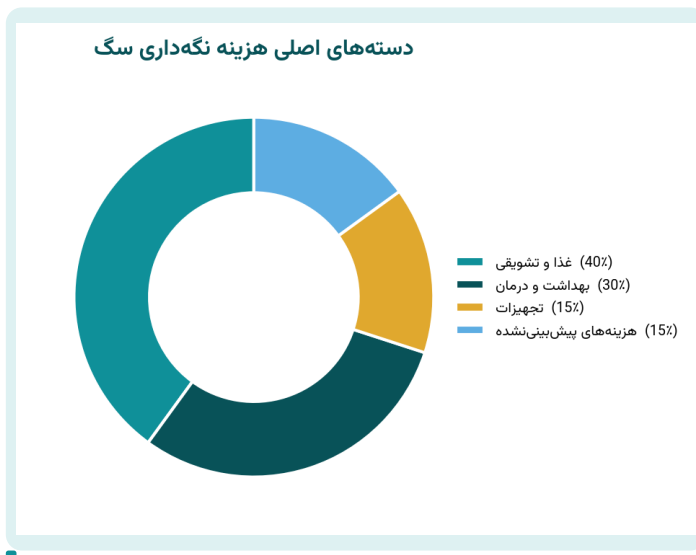
پرسش: سگم شب اول مدام زوزه می‌کشد؛ چه کنم؟
پاسخ: این کاملاً طبیعی است؛ او در محیط جدید احساس تنهایی می‌کند. جای خوابش را نزدیک خودتان بگذارید، یک پتوی گرم و یک اسباب‌بازی نرم کنارش بگذارید و آرام دل‌داری‌اش دهید. معمولاً ظرف چند شب بهتر می‌شود.

۵ هزینه‌های نگهداری سگ را جدی بگیرید

نگهداری مسئولانه از سگ، هزینه دارد و بهتر است پیش از آوردن سگ، این هزینه‌ها را واقع‌بینانه برآورد کنید. برخی هزینه‌ها یک‌باره‌اند (مانند تجهیزات اولیه و عقیم‌سازی) و برخی مداوم (مانند غذا، بهداشت، واکسن و انگل‌زدایی). علاوه بر این، باید برای هزینه‌های پیش‌بینی‌نشده - مثل بیماری یا حادثه - هم آماده باشید. نداشتن آمادگی مالی، یکی از علت‌های رهاشدن یا بی‌توجهی

به سگ‌هاست.

توجه کنید که قیمت‌ها در طول زمان و بسته به منطقه تغییر می‌کنند، بنابراین در این کتاب عدد مشخصی نمی‌دهیم؛ اما توصیه می‌کنیم پیش از تصمیم، با پرس‌وجو از دامپزشک و فروشگاه‌های محلی، یک برآورد به‌روز برای منطقه خود تهیه کنید. یک اصل کلیدی این است که هزینه خرید اولیه سگ، معمولاً کوچک‌ترین بخش از کل هزینه‌ها در طول زندگی اوست؛ هزینه‌های مداوم در طول سال‌ها بسیار بیشترند.



شکل ۲-۵ نسبت تقریبی دسته‌های هزینه (واقعی بسته به سگ و منطقه متفاوت است).

- هزینه‌های یک‌باره: تجهیزات اولیه، عقیم‌سازی، نوبت‌های اولیه واکسن.
- هزینه‌های مداوم: غذا، تشویقی، بهداشت، واکسن و انگل‌زدایی سالانه.
- هزینه‌های احتمالی: درمان بیماری یا حادثه، که می‌تواند قابل‌توجه باشد.
- برای روز مبادا، یک پس‌انداز کوچک برای هزینه‌های درمانی در نظر بگیرید.
- قیمت‌های به‌روز منطقه خود را از دامپزشک و فروشگاه‌ها بپرسید.

هشدار جدی !

هزینه‌های درمانی بیماری یا حادثه می‌توانند ناگهانی و سنگین باشند. پیش از آوردن سگ، صادقانه از خود بپرسید که آیا آمادگی مالی این مسئولیت را دارید.

☆ نکته طلایی

سگ یک عضو خانواده است، نه یک خرید لحظه‌ای. برنامه‌ریزی مالی واقع‌بینانه، بخشی از تصمیم مسئولانه برای نگهداری سگ است.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « توله‌سگ شکل‌پذیرتر اما پرجاکتر است؛ سگ بزرگ‌سال آرام‌تر و قابل‌پیش‌بینی‌تر.
- « فرزندخواندگی از پناهگاه یا پرورش‌دهنده مسئول، بهترین مسیرهاست.
- « خانه را پیش از ورود سگ ایمن کنید: سموم، اجسام کوچک و خطر سقوط.
- « روز اول برای ساختن امنیت است، نه آموزش.
- « روال‌های ثابت از همان ابتدا، سگ را آرام و مطمئن می‌کنند.

■ پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چند روز طول می‌کشد تا سگ به خانه جدید عادت کند؟
پاسخ: بسته به سگ، از چند روز تا چند هفته. سگ‌های نجات‌یافته معمولاً به زمان بیشتری نیاز دارند. صبر و ثبات، کلید این دوره است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا روز اول سگ را در کنل بگذارم؟
پاسخ: کنل اگر درست و مثبت معرفی شود ابزار خوبی است، اما روز اول او را به‌زور داخل نگذارید. ابتدا کنل را مکانی دلپذیر کنید (در فصل مربوط توضیح داده‌ایم).

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: بچه‌ها چطور با سگ تازه‌وارد رفتار کنند؟
پاسخ: آرام و بدون هجوم. به کودکان یاد دهید به سگ فضا بدهند و بگذارند او خودش نزدیک شود. هرگز کودک و سگ تازه‌وارد را بدون نظارت تنها نگذارید.

همین امروز چه کنم؟



- امروز خانه را از ارتفاع دید سگ بررسی و خطرهای را برطرف کنید.
- یک گوشه امن با جای خواب راحت برای سگ آماده کنید.
- برنامه روال روزانه (غذا، بیرون رفتن، خواب) را روی کاغذ بنویسید.

فصل

۶

تجهیزات و لوازم ضروری

ابزار درست، تربیت را آسان تر و ایمن تر می کند؛ ابزار غلط، دردسرساز است.

در این فصل می خوانید

- قلاده، بند و هارنس مناسب
- ظرف غذا و آب، جا و کتل
- اسباب بازی و وسایل سرگرمی ذهنی
- وسایل بهداشت، ایمنی و سفر

ابزار مناسب، تربیت را آسان‌تر، ایمن‌تر و لذت‌بخش‌تر می‌کند. در این فصل می‌بینیم به چه چیزهایی واقعا نیاز دارید، چه چیزهایی اضافی‌اند و از کدام ابزارها باید پرهیز کنید.

۱ قلابه، بند و هارنس مناسب

قلابه و بند، اصلی‌ترین ابزار ارتباط شما با سگ در بیرون از خانه‌اند. قلابه گردنی ساده و پهن برای بیشتر سگ‌ها مناسب است و باید آن‌قدر گشاد باشد که دو انگشت زیرش جا شود، اما نه آن‌قدر که از سر سگ در بیاید. برای سگ‌هایی که بند را می‌کشند، نژادهای پوزه‌کوتاه، یا سگ‌هایی با مشکل تنفسی، هارنس (قلابه بدنی) گزینه بهتری است چون فشار را از روی گردن برمی‌دارد.

بند معمولی به طول حدود یک‌ونیم متر برای پیاده‌روی روزمره ایده‌آل است؛ کنترل خوبی می‌دهد و در عین حال به سگ کمی آزادی می‌دهد. بندهای جمع‌شونده (فلکسی) برای آموزش و مناطق شلوغ مناسب نیستند، چون کنترل دقیقی نمی‌دهند و می‌توانند خطرناک باشند. یک بند بلندتر (سه تا پنج متر) برای تمرین فراخوان در فضای باز مفید است.

! هشدار جدی

از قلابه‌های خفه‌کن، میخ‌دار (خاردار) و قلابه‌های شوک‌الکتریکی پرهیز کنید. این ابزارها با درد کار می‌کنند، به سگ آسیب جسمی و روانی می‌زنند و به ترس و پرخاشگری دامن می‌زنند. تربیت مدرن و مؤثر، به این ابزارها نیازی ندارد.

ابزار	کاربرد	توصیه
قلابه گردنی پهن	پیاده‌روی روزمره	مناسب اغلب سگ‌ها
هارنس (قلابه بدنی)	کنترل بهتر، حفظ گردن	عالی برای کشنده‌ها و پوزه‌کوتاه‌ها
بند ۱.۵ متری	کنترل روزمره	انتخاب اصلی
بند بلند تمرینی	آموزش فراخوان	فقط در فضای امن
قلابه خفه‌کن/شوک	—	توصیه نمی‌شود؛ مضر

لوازم پایه هر سگ خانگی



شکل ۱-۶ - فهرست لوازم پایه‌ای که بهتر است پیش یا همان ابتدای ورود سگ آماده داشته باشید.

۲ ظرف غذا و آب، جا و کنل

ظرف‌های استیل ضدزنگ بهترین انتخاب‌اند؛ بهداشتی‌اند، خش نمی‌افتند و باکتری در آن‌ها کمتر جمع می‌شود. ظرف آب باید همیشه پر و تمیز باشد و روزانه شسته شود. برای سگ‌های شکمو که خیلی تند غذا می‌خورند، ظرف‌های مخصوص کندخوری وجود دارد که از مشکلات گوارشی پیشگیری می‌کند. محل غذا را در گوشه‌ای آرام و ثابت قرار دهید تا سگ با خیال راحت غذا بخورد. جای خواب باید نرم، گرم و در مکانی امن باشد. کنل (قفس آموزشی) اگر درست معرفی شود، نه یک زندان، بلکه یک «لانه امن» برای سگ می‌شود؛ جایی که می‌تواند استراحت کند و احساس امنیت داشته باشد. اندازه کنل باید طوری باشد که سگ بتواند داخلش بایستد، بچرخد و دراز بکشد، اما نه آن‌قدر بزرگ که گوشه‌ای از آن را به‌عنوان توالت استفاده کند. آموزش مثبت کنل را در فصل چهاردهم کامل بررسی می‌کنیم.

نکته

اندازه ظرف، جای خواب و کتل را متناسب با اندازه نهایی سگ انتخاب کنید. برای توله‌سگ‌های نژاد بزرگ، می‌توانید کتل بزرگ با جداکننده متحرک بخرید تا همراه رشد او تنظیم شود.

۳ اسباب‌بازی و وسایل سرگرمی ذهنی

اسباب‌بازی برای سگ یک تجمّل نیست، یک نیاز است. اسباب‌بازی‌ها انرژی و کنجکاوای سگ را به مسیر درست هدایت می‌کنند و از تخریب وسایل خانه جلوگیری می‌کنند. تنوع اسباب‌بازی مهم است: اسباب‌بازی‌های جویدنی برای دندان‌ها، اسباب‌بازی‌های پازلی برای ذهن، و اسباب‌بازی‌های تعاملی برای بازی با شما. اسباب‌بازی‌های غذایی که سگ باید برای بیرون‌آوردن خوراکی تلاش کند، یکی از بهترین ابزارهای سرگرمی ذهنی‌اند و سگ را ساعت‌ها مشغول می‌کنند.

- جویدنی‌های بادوام برای تخلیه میل به جویدن و سلامت دندان.
- پازل‌های غذایی برای تحریک ذهنی و کاهش بی‌حوصلگی.
- توپ و اسباب‌بازی پرتابی برای بازی فعال با شما.
- اسباب‌بازی‌های صدادر برای سگ‌های علاقه‌مند به شکار.
- اسباب‌بازی‌های یخی یا فریزری برای دوران دندان‌درآوردن توله.

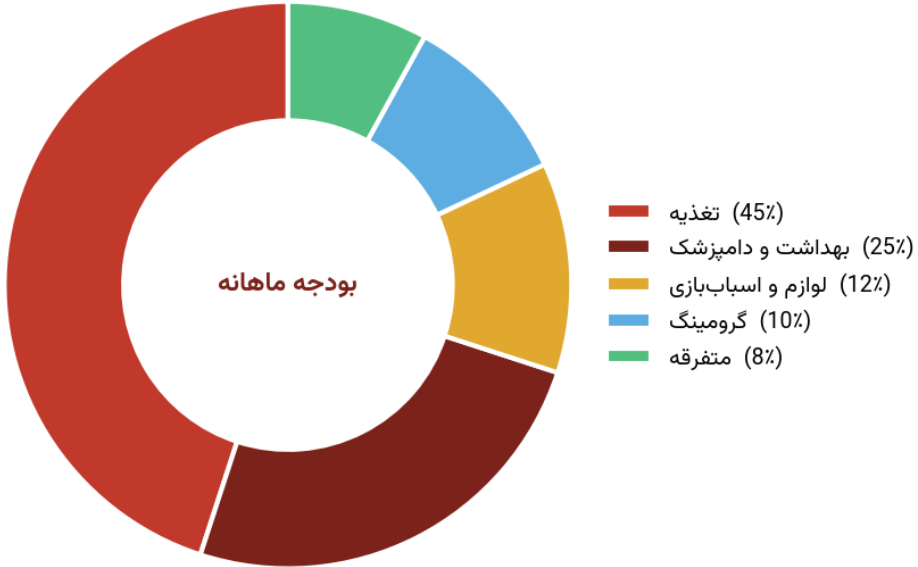
! هشدار جدی

اسباب‌بازی‌ها را از نظر اندازه و دوام بررسی کنید. اسباب‌بازی کوچک‌تر از دهان سگ، خطر خفگی دارد، و قطعات کنده‌شده می‌توانند بلعیده شوند. هنگام بازی با اسباب‌بازی‌های جدید، سگ را زیر نظر بگیرید.

♦ مثال واقعی

به‌جای اینکه کاسه غذای صبح سگ را یک‌جا بدهید، آن را داخل یک پازل غذایی بریزید. این کار وعده غذا را به یک بازی فکری ده‌دقیقه‌ای تبدیل می‌کند و سگ را راضی و خسته نگه می‌دارد.

تقسیم تقریبی بودجه ماهانه نگهداری سگ



شکل ۶-۲ - نمونه‌ای از تقسیم بودجه (نسبت‌ها تقریبی‌اند و بسته به نژاد و شهر تغییر می‌کنند؛ این جدول را با ارقام واقعی خود به‌روز کنید).

۴ وسایل بهداشت، ایمنی و سفر

چند وسیله دیگر هم زندگی با سگ را امن‌تر و آسان‌تر می‌کنند. یک پلاک شناسایی با شماره تماس شما، ساده‌ترین راه برای بازگرداندن سگ گم‌شده است؛ و اگر امکانش هست، میکروچیپ هم گزینه مطمئن‌تری است. کیسه‌های جمع‌آوری فضولات برای رعایت بهداشت عمومی ضروری‌اند و نشانه یک صاحب مسئول‌اند. برای سفر، یک باکس یا کمر بند ایمنی مخصوص خودرو، از سگ و سرنشینان محافظت می‌کند.

- پلاک شناسایی با شماره تماس (و در صورت امکان میکروچیپ).
- کیسه جمع‌آوری فضولات برای پیاده‌روی‌ها.
- حوله مخصوص و شامپوی سگ برای حمام.

- ناخن‌گیر، شانه یا برس متناسب با نوع موی سگ.
- باکس حمل یا کمر بند ایمنی برای سفر با خودرو.
- جعبه کمک‌های اولیه سگ (در فصل سلامت معرفی می‌شود).

★ نکته طلایی

همین حالا یک پلاک شناسایی با شماره تماس برای سگ‌تان تهیه کنید. این کوچک‌ترین و ارزان‌ترین وسیله است، اما در صورت گم‌شدن سگ، می‌تواند جان او را نجات دهد.

◀ فهرست خرید پایه

یک فهرست خرید پایه که می‌توانید همین امروز تهیه‌اش کنید:

- قلاده/هارنس و بند مناسب اندازه سگ
- ظرف استیل غذا و آب
- جای خواب راحت
- دو سه نوع اسباب‌بازی متنوع
- پلاک شناسایی و کیسه فضولات
- لوازم پایه گرومینگ

۵ نگهداری، بازرسی و تعویض تجهیزات

تهیه تجهیزات، پایان کار نیست؛ نگهداری و بازرسی منظم آن‌ها برای ایمنی سگ ضروری است. قلاده و بند فرسوده می‌توانند ناگهان پاره شوند و سگ را در موقعیت خطرناکی قرار دهند؛ ظرف‌های کثیف محل رشد باکتری‌اند؛ و اسباب‌بازی‌های آسیب‌دیده می‌توانند قطعات خطرناکی جدا کنند که سگ ببلعد. یک بازرسی دوره‌ای ساده، از بسیاری حوادث پیش‌گیری می‌کند.

اندازه تجهیزات هم باید با رشد سگ هماهنگ شود؛ این موضوع به‌ویژه برای توله‌ها اهمیت دارد که سریع بزرگ می‌شوند. قلاده‌ای که زمانی اندازه بود، ممکن است حالا بیش‌ازحد تنگ و آزاردهنده باشد. یک قاعده ساده برای بررسی تنگی قلاده این است که باید بتوانید دو انگشت را به راحتی زیر آن عبور دهید. تجهیزات را به‌طور منظم بررسی و در صورت نیاز تعویض کنید.

بازرسی دوره‌ای تجهیزات

☐ قلاده و بند از نظر فرسودگی و پارگی سالم‌اند.

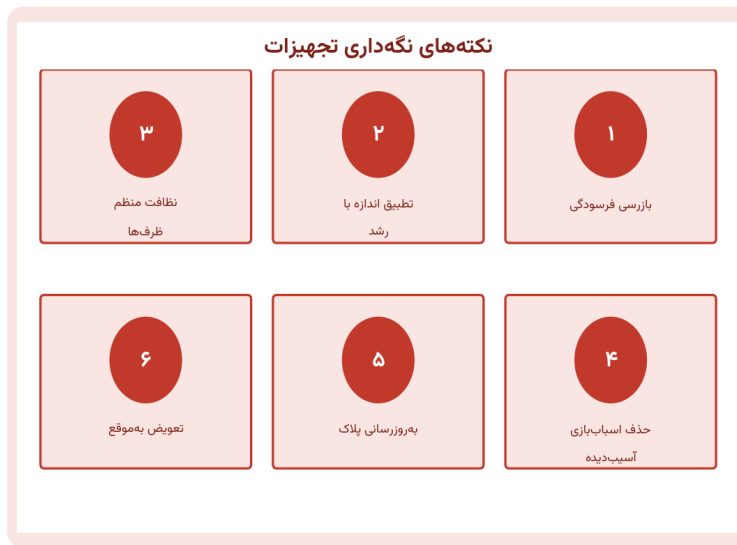
☐ اندازه قلاده مناسب است (دو انگشت زیر آن جا می‌شود).

☐ ظرف غذا و آب تمیز و بدون ترک‌خوردگی است.

☐ اسباب‌بازی‌ها سالم‌اند و قطعه کوچک قابل‌بلع ندارند.

☐ پلاک شناسایی خوانا و اطلاعات تماس به‌روز است.

☐ جای خواب تمیز و در وضعیت خوبی است.



شکل ۲-۶: نگهداری منظم تجهیزات، بخشی از ایمنی سگ است.

! هشدار جدی

اسباب‌بازی‌های آسیب‌دیده یا کوچک‌تر از دهان سگ، خطر خفگی یا انسداد گوارشی دارند. اسباب‌بازی‌ها را منظم بررسی و موارد فرسوده را دور بیندازید، و سگ را هنگام بازی با اسباب‌بازی‌های نو زیر نظر بگیرید.

☆ نکته طلایی

یک بازرسی چنددقیقه‌ای ماهانه تجهیزات، می‌تواند از یک حادثه جدی جلوگیری کند. ایمنی، در همین جزئیات کوچک نهفته است.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « قلاده پهن یا هارنس و بند یک‌ونیم‌متری، انتخاب‌های اصلی پیاده‌روی‌اند.
- « قلاده‌های خفه‌کن، خاردار و شوک‌الکتریکی مضرند و توصیه نمی‌شوند.
- « ظرف استیل بهداشتی‌ترین گزینه است و آب باید همیشه تازه باشد.
- « اسباب‌بازی یک نیاز است، نه تجمل؛ تنوع و سرگرمی ذهنی مهم است.
- « پلاک شناسایی و کیسه فضولات، نشانه یک صاحب مسئول‌اند.

■ پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: هارنس بهتر است یا قلاده گردنی؟

پاسخ: برای سگ‌هایی که بند را می‌کشند یا مشکل تنفسی دارند، هارنس بهتر است. برای سگ‌های آرام، قلاده گردنی پهن هم کافی است. مهم این است که فشار به گردن آسیب نزنند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا حتما باید برای سگ کنل بخرم؟

پاسخ: کنل اجباری نیست، اما اگر درست معرفی شود ابزار بسیار مفیدی برای ایجاد فضای امن، آموزش توالی و سفر است. جایگزین آن، یک محوطه محصور امن است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چند اسباب‌بازی برای سگم کافی است؟

پاسخ: تعداد مهم نیست، تنوع مهم است. چند نوع متفاوت (جویدنی، پازلی، تعاملی) داشته باشید و آن‌ها را به‌نوبت در دسترس بگذارید تا برای سگ تازه بمانند.

✓ همین امروز چه کنم؟

- اندازه قلاده/هارنس فعلی سگ‌تان را بررسی کنید که نه تنگ باشد نه گشاد.
- اگر قلاده خفه‌کن یا خاردار دارید، آن را با گزینه ایمن جایگزین کنید.
- یک پلاک شناسایی با شماره تماس تهیه کنید.

بخش ۲

تغذیه، سلامت و مراقبت روزانه

فصل

V

تغذیه صحیح سگ

غذای درست، پایه سلامت جسم، آرامش ذهن و رفتار خوب سگ است.

در این فصل می‌خوانید

- نیازهای غذایی سگ در یک نگاه
- غذای خشک، تر و خانگی
- مقدار و دفعات غذا بر اساس وزن و سن
- خوراکی‌های ممنوع و خطرناک
- تشویقی‌های سالم برای تربیت

غذای درست، پایه همه چیز است: سلامت جسم، آرامش ذهن و حتی رفتار خوب. سگی که درست تغذیه می شود، انرژی متعادل، پوست و موی سالم و تمرکز بهتری برای یادگیری دارد.

۱ نیازهای غذایی سگ در یک نگاه

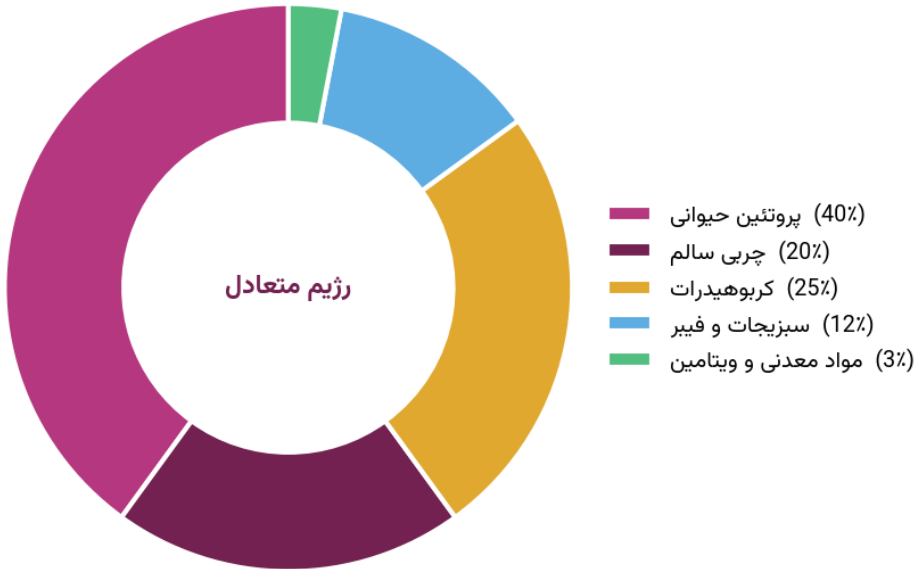
سگ ها همه چیزخوار متمایل به گوشت اند؛ یعنی بدن شان عمدتاً برای هضم پروتئین و چربی حیوانی طراحی شده، اما می توانند بخشی از انرژی را از کربوهیدرات و سبزیجات هم بگیرند. یک رژیم متعادل برای سگ باید شامل پروتئین باکیفیت برای ساخت عضله، چربی سالم برای انرژی و سلامت پوست، مقدار متعادل کربوهیدرات، و ویتامین ها و مواد معدنی باشد. آب تازه و کافی هم به اندازه غذا حیاتی است و باید همیشه در دسترس باشد.

نیاز غذایی هر سگ به عوامل زیادی بستگی دارد: سن، وزن، نژاد، سطح فعالیت و وضعیت سلامت. یک توله سگ در حال رشد به انرژی و پروتئین بیشتری نسبت به وزنش نیاز دارد؛ یک سگ مسن یا کم تحرک به کالری کمتری نیاز دارد تا چاق نشود. به همین دلیل، هیچ «مقدار واحدی» برای همه سگ ها وجود ندارد و باید رژیم را با شرایط سگ خودتان تنظیم کنید.

تعریف: پروتئین باکیفیت

منبع پروتئینی که اسیدهای آمینه ضروری سگ را تأمین می کند، مثل گوشت، مرغ، ماهی و تخم مرغ. در غذای خشک باکیفیت، نام منبع گوشتی مشخص معمولاً در ابتدای فهرست مواد تشکیل دهنده می آید.

ترکیب تقریبی یک بشقاب متعادل برای سگ



شکل ۷-۱ - نسبت‌های تقریبی یک رژیم متعادل (بسته به سن و نژاد متفاوت است؛ برای رژیم دقیق با دامپزشک مشورت کنید).

۲ غذای خشک، تر و خانگی؛ کدام بهتر است؟

سه گزینه اصلی برای تغذیه سگ وجود دارد و هر کدام مزایا و معایب خود را دارند. غذای خشک باکیفیت (که به آن کروکت یا خشکبار سگ هم می‌گویند) راحت، اقتصادی و متعادل است و به سلامت دندان هم کمک می‌کند؛ اما باید برند معتبر با ترکیب خوب انتخاب شود. غذای کنسروی (تر) خوش‌خوراک‌تر و آبدارتر است و برای سگ‌های بی‌اشتها یا کم‌آب‌خور مفید است، اما گران‌تر است و کمتر به دندان کمک می‌کند. غذای خانگی اگر زیر نظر متخصص و متعادل تهیه شود می‌تواند عالی باشد، اما تهیه آن وقت‌گیر است و خطر کمبود یا عدم تعادل مواد مغذی دارد.

نوع غذا	مزیت اصلی	نکته مهم
خشک (کروکت)	اقتصادی، متعادل، مفید برای دندان	برند معتبر انتخاب کنید
کنسروی (تر)	خوش خوراک و آبدار	گران‌تر؛ بهداشت دندان کمتر
خانگی	تازه و قابل تنظیم	حتما زیر نظر متخصص و متعادل
ترکیبی	تنوع و خوش خوراکی	مراقب اضافه وزن باشید

! هشدار جدی

غذای خانگی نامتعادل یکی از علل پنهان مشکلات سلامتی در سگ‌هاست. استخوان پخته هرگز ندهید (خطر شکستن و آسیب گوارشی دارد) و رژیم خانگی را بدون مشورت با دامپزشک یا متخصص تغذیه حیوانات طراحی نکنید.

● نکته

هنگام تغییر غذای سگ، این کار را تدریجی و طی حدود یک هفته انجام دهید؛ هر روز کمی از غذای جدید را با غذای قبلی مخلوط کنید و نسبت را کم‌کم تغییر دهید تا دستگاه گوارش دچار مشکل نشود.

۳ مقدار و دفعات غذا بر اساس وزن و سن

یکی از پرتکرارترین اشتباه‌ها، پرخوراندن سگ است. چاقی در سگ‌ها رایج و خطرناک است و به مفاصل، قلب و طول عمر آسیب می‌زند. مقدار غذا را بر اساس راهنمای روی بسته غذای خشک (که معمولا بر اساس وزن سگ نوشته شده) شروع کنید و سپس با مشاهده وضعیت بدنی سگ تنظیم کنید. دفعات غذا هم به سن بستگی دارد: توله‌ها به وعده‌های بیشتر و کوچک‌تر نیاز دارند، در حالی‌که سگ بالغ معمولا با دو وعده در روز خوب است.

سن سگ	دفعات غذا در روز	توضیح
۲ تا ۳ ماه	۴ وعده	معده کوچک، نیاز به انرژی مداوم
۳ تا ۶ ماه	۳ وعده	دوره رشد سریع
۶ تا ۱۲ ماه	۲ تا ۳ وعده	گذار به الگوی بزرگ‌سالی

سن سگ	دفعات غذا در روز	توضیح
بزرگسال	۲ وعده	صبح و عصر، در ساعات ثابت
مسن	۲ وعده	کالری کمتر، نظارت بر وزن

چطور بفهمم وزن سگم مناسب است؟

به جای تکیه به عدد ترازو، به بدن سگ نگاه و آن را لمس کنید. در یک سگ با وزن ایده‌آل، باید بتوانید دنده‌ها را با فشار ملایم دست حس کنید (اما نباید برجسته و دیده‌شونده باشند). از بالا که نگاه می‌کنید، باید کمری باریک‌تر از قفسه سینه ببینید، و از پهلو، شکم باید کمی بالا کشیده باشد. این ارزیابی، که به آن «امتیاز وضعیت بدنی» می‌گویند، دقیق‌تر از وزن خام است.

۵

امتیاز ایده‌آل وضعیت بدنی در این مقیاس

۹ پله

مقیاس استاندارد ارزیابی وضعیت بدنی

۲ بار

وعده غذای روزانه یک سگ بالغ سالم

مقیاس ساده وضعیت بدنی سگ

هدف



چاق

اضافه‌وزن

ایده‌آل

لاغر

بسیار لاغر

شکل ۷-۲ - هدف، رساندن سگ به وضعیت «ایده‌آل» است؛ نه لاغر و نه چاق. وزن را با لمس دنده‌ها و دید کمر ارزیابی کنید.

۴ خوراکی‌های ممنوع و خطرناک

برخی خوراکی‌های کاملاً بی‌خطر برای انسان، برای سگ سمی و حتی کشنده‌اند. این فهرست را جدی بگیرید و آن را در جایی قابل‌دیدن (مثلاً روی در یخچال) نصب کنید تا همه اعضای خانه از آن باخبر باشند. هرگز اجازه ندهید سگ از این مواد بخورد، و در صورت خوردن تصادفی، فوراً با دامپزشک تماس بگیرید.

- شکلات و کاکائو (به‌ویژه تیره) - حاوی ماده سمی برای سگ.
- انگور و کشمش - می‌توانند به نارسایی کلیه منجر شوند.
- پیاز و سیر (خام، پخته یا پودر) - به گلبول‌های قرمز آسیب می‌زنند.
- زایلیتول (شیرین‌کننده آدامس و برخی شیرینی‌ها) - بسیار خطرناک.
- الکل و خمیر مایه‌دار - سمی و خطرناک.
- قهوه و کافئین - مضر برای قلب و سیستم عصبی.
- استخوان پخته مرغ و گوشت - خطر شکستن و آسیب گوارشی.
- غذای بسیار شور، چرب یا ادویه‌دار انسانی.

! هشدار جدی

اگر سگ شما یکی از این مواد را خورد، منتظر بروز علائم نمانید. زمان در مسمومیت حیاتی است؛ بلافاصله با نزدیک‌ترین دامپزشک یا مرکز اورژانس دامپزشکی تماس بگیرید و نوع و مقدار خوراکی را به آن‌ها بگویید.

خوراکی‌های خطرناک که باید دور نگه دارید



شکل ۷-۳ - این مواد را از دسترس سگ دور نگه دارید و فهرست را به همه اعضای خانواده یادآوری کنید.

۵ تشویقی‌های سالم برای تربیت

در تربیت مبتنی بر پاداش، تشویقی خوراکی نقش کلیدی دارد. اما تشویقی باید سالم، کوچک و کم‌کالری باشد تا در طول جلسات تمرین، سگ را چاق نکند. تشویقی‌های ایده‌آل، تکه‌های بسیار کوچک (به اندازه یک نخود) از موادی مثل مرغ پخته بدون نمک، تکه‌های کوچک غذای خشک محبوب سگ، یا تشویقی‌های مخصوص و سالم تجاری هستند. نکته مهم این است که کالری تشویقی‌ها را از سهم غذای روزانه سگ کم کنید تا تعادل حفظ شود.

می‌توانید تشویقی‌ها را بر اساس ارزش‌شان درجه‌بندی کنید: تشویقی‌های معمولی برای تمرین‌های ساده و در خانه، و تشویقی‌های «درجه یک» و بسیار خوش‌خوراک (مثل تکه کوچک گوشت یا پنیر کم‌نمک) برای موقعیت‌های دشوار یا پرحواس‌پرتی. این درجه‌بندی، انگیزه سگ را در شرایط سخت بالا نگه می‌دارد.

☆ نکته طلایی

تشویقی را در یک کیف کمری یا جیب نزدیک نگه دارید تا بتوانید در همان لحظه رفتار درست، بدون تأخیر آن را بدهید. تأخیر در پاداش، یادگیری را به شدت ضعیف می‌کند.

◀ تمرین: سیستم تشویقی هوشمند

یک سیستم ساده تشویقی برای تمرین‌های روزانه بسازید:

- تشویقی‌ها را به سه دسته معمولی، خوب و عالی تقسیم کنید.
- برای تمرین‌های ساده در خانه از تشویقی معمولی استفاده کنید.
- برای موقعیت‌های دشوار، تشویقی عالی را نگه دارید.
- کل کالری تشویقی روزانه را از سهم غذای اصلی کم کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: اگر سگم تشویقی خوراکی نخواهد چه کنم؟

پاسخ: بعضی سگ‌ها با اسباب‌بازی، بازی یا نوازش بیشتر انگیزه می‌گیرند تا با غذا. ببینید سگ شما چه چیزی را بیشتر دوست دارد و همان را به عنوان پاداش به کار ببرید. همچنین تمرین را کمی پیش از وعده غذا انجام دهید تا گرسنه‌تر و با انگیزه‌تر باشد.

۶ آب، تغییر رژیم و کنترل وزن

در کنار غذا، سه موضوع مهم دیگر در تغذیه وجود دارد که اغلب نادیده گرفته می‌شوند. نخست، آب: آب تازه و تمیز باید همیشه و به مقدار کافی در دسترس سگ باشد. کم‌آبی می‌تواند به سرعت خطرناک شود، به ویژه در هوای گرم یا پس از فعالیت. ظرف آب را روزانه بشویید و آب را تازه نگه دارید؛ سگ‌ها به آب کثیف یا مانده بی‌میل می‌شوند.

دوم، تغییر رژیم غذایی: اگر می‌خواهید غذای سگ را عوض کنید، این کار را تدریجی و در طول چند روز انجام دهید؛ تغییر ناگهانی غذا اغلب باعث مشکلات گوارشی مثل اسهال می‌شود. روش درست، مخلوط کردن مقدار کمی از غذای جدید با غذای قدیم و افزایش تدریجی نسبت غذای جدید است. سوم، کنترل وزن: چاقی یکی از شایع‌ترین مشکلات سلامت سگ‌هاست و می‌تواند به بیماری‌های جدی منجر شود. وزن سالم را با کمک دامپزشک پایش کنید.



شکل ۴-۷ غذای سگ را هرگز یک‌شبه عوض نکنید؛ تغییر تدریجی، گوارش را آرام نگه می‌دارد.

- آب تازه و تمیز را همیشه و به مقدار کافی در دسترس بگذارید.
- ظرف آب را روزانه بشویید؛ آب کثیف، سگ را بی‌میل و بیمار می‌کند.
- تغییر غذا را تدریجی و در طول چند روز انجام دهید تا گوارش به هم نریزد.
- وزن و وضعیت بدنی سگ را منظم بررسی کنید و در صورت تغییر با دامپزشک مشورت کنید.
- تشویقی‌ها را در محاسبه کالری روزانه در نظر بگیرید تا سگ چاق نشود.

! هشدار جدی

کم‌آبی در هوای گرم یا پس از فعالیت شدید می‌تواند خطرناک باشد. اگر سگ نشانه بی‌حالی، لته خشک یا بی‌اشتهایی به آب نشان داد، و به‌ویژه در گرما، با دامپزشک تماس بگیرید.

☆ نکته طلایی

چاقی، محبت نیست. اضافه‌وزن عمر و کیفیت زندگی سگ را کاهش می‌دهد. کنترل وزن با تغذیه متعادل و ورزش کافی، یکی از بزرگ‌ترین لطف‌هایی است که به سگ‌تان می‌کنید.

نشانه‌های تغذیه نامناسب

بدن سگ، آینه تغذیه اوست. تغذیه نامناسب - چه کمبود و چه زیاده‌روی - نشانه‌هایی بروز می‌دهد که با کمی دقت قابل تشخیص‌اند. پوست و موی سالم، انرژی متعادل، مدفوع طبیعی و

وزن مناسب، همگی نشانه تغذیه خوب‌اند. در مقابل، موی خشک و کم‌رمق، ریزش غیرعادی، بی‌حالی یا پرخاش انرژی، مدفوع نامنظم، و تغییر وزن می‌توانند نشانه مشکلی در رژیم غذایی باشند. هرچند این نشانه‌ها می‌توانند علل دیگری هم داشته باشند.

مهم است که تغییرات را با دامپزشک در میان بگذارید، چون تشخیص علت دقیق - آیا مشکل از کیفیت غذا، مقدار آن، حساسیت غذایی، یا یک بیماری زمینه‌ای است - نیاز به ارزیابی تخصصی دارد. هرگز بر اساس حدس، رژیم سگ را به شکل افراطی تغییر ندهید یا مکمل‌های خودسرانه ندهید؛ این کار می‌تواند بیشتر از آنکه کمک کند، آسیب بزند. تغذیه متعادل و باکیفیت، همراه با پایش منظم، بهترین رویکرد است.

- نشانه‌های تغذیه خوب: موی سالم، انرژی متعادل، مدفوع طبیعی، وزن مناسب.
- نشانه‌های احتمالی مشکل: موی خشک، ریزش غیرعادی، بی‌حالی، تغییر وزن.
- این نشانه‌ها می‌توانند علل دیگری هم داشته باشند؛ با دامپزشک بررسی کنید.
- رژیم را بر اساس حدس به شکل افراطی تغییر ندهید.
- مکمل‌ها را فقط با تجویز دامپزشک بدهید، نه خودسرانه.

هشدار جدی !

تغییر ناگهانی اشتها، کاهش یا افزایش وزن سریع، یا مشکلات گوارشی مداوم را جدی بگیرید و با دامپزشک بررسی کنید؛ این‌ها می‌توانند نشانه مشکلی فراتر از رژیم غذایی باشند.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « رژیم متعادل سگ شامل پروتئین باکیفیت، چربی سالم، کربوهیدرات و ریزمغذی‌هاست.
- « غذای خشک معتبر اقتصادی و متعادل است؛ غذای خانگی باید زیر نظر متخصص باشد.
- « پرخوراندن خطرناک است؛ وزن را با لمس دنده‌ها و دید کمر ارزیابی کنید.
- « شکلات، انگور، پیاز، سیر و زایلینیتول جزو خوراکی‌های سمی‌اند.
- « تشویقی‌ها باید کوچک و کم‌کالری باشند و از سهم غذای روزانه کم شوند.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: روزی چند بار باید به سگ بالغ غذا بدهم؟

پاسخ: معمولاً دو وعده در روز، صبح و عصر، در ساعات نسبتاً ثابت. این الگو هم برای گوارش بهتر است و هم به نظم روزانه کمک می‌کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا می‌توانم گاهی از غذای خودم به سگ بدهم؟

پاسخ: تکه‌های کوچک از مواد بی‌خطر و بدون نمک و ادویه (مثل مرغ یا هویج پخته) اشکالی ندارد، اما غذای پر نمک، چرب یا ادویه‌دار انسانی و خوراکی‌های سمی ممنوع است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم خیلی تند غذا می‌خورد؛ مشکلی هست؟

پاسخ: بله، تندخوری می‌تواند به مشکلات گوارشی منجر شود. از ظرف‌های مخصوص کندخوری یا پازل‌های غذایی استفاده کنید تا سرعت خوردن کم شود.

✓ همین امروز چه کنم؟

- فهرست خوراکی‌های سمی را چاپ کنید و روی در یخچال بچسبانید.
- وضعیت بدنی سگ‌تان را با لمس دنده‌ها و نگاه از بالا ارزیابی کنید.
- تشویقی‌های تمرین را به تکه‌های بسیار کوچک تقسیم و آماده کنید.

فصل



بهداشت، نظافت و گرومینگ

نظافت منظم، هم سلامت سگ را تضمین می‌کند و هم زندگی در خانه را خوشایند.

در این فصل می‌خوانید

- شست‌وشو و حمام درست
- مراقبت از مو، گوش، چشم و دندان
- کوتاه‌کردن ناخن بدون استرس
- بهداشت محیط زندگی سگ

نظافت منظم فقط برای زیبایی نیست؛ سلامت پوست، گوش، دندان و حتی خلق و خوی سگ به آن وابسته است. گرومینگ درست، فرصتی برای بررسی سلامت سگ و تقویت رابطه با اوست.

۱ شست و شو و حمام درست

برخلاف تصور رایج، سگ‌ها نباید زیاد حمام شوند. شستن بیش از حد، چربی طبیعی پوست را از بین می‌برد و باعث خشکی و خارش می‌شود. بیشتر سگ‌ها هر یک تا سه ماه یک‌بار (یا هنگام کثیف یا بدبو شدن) به حمام نیاز دارند؛ مگر اینکه دامپزشک به دلیل خاصی توصیه دیگری کند. همیشه از شامپوی مخصوص سگ استفاده کنید، نه شامپوی انسان؛ چون اسیدیته پوست سگ با ما فرق دارد و شامپوی انسان به پوست او آسیب می‌زند.

حمام را به یک تجربه آرام و مثبت تبدیل کنید. آب را ولرم نگه دارید، یک زیرپایی ضدلغزش در وان بگذارید تا سگ نلغزد و نترسد، و با لحن آرام با او حرف بزنید. مراقب باشید آب و شامپو وارد چشم و گوش نشود؛ می‌توانید با یک تکه پنبه گوش‌ها را موقتاً محافظت کنید. بعد از شست و شو، خوب آبکشی کنید تا باقی‌مانده شامپو پوست را تحریک نکند، و سپس با حوله یا سشوار با دمای ملایم خشکش کنید.

! هشدار جدی

هرگز از سشوار با هوای داغ روی سگ استفاده نکنید؛ پوست او حساس‌تر از ماست و ممکن است بسوزد. از حالت خنک یا ولرم با فاصله مناسب استفاده کنید و سگ را زیر نظر داشته باشید.

● نکته

برای سگ‌هایی که از حمام می‌ترسند، در روزهای عادی آن‌ها را با تشویقی به وان خالی نزدیک کنید و پاداش بدهید. این کار ترس را کم‌کم از بین می‌برد تا روز حمام راحت‌تر شود.

مراحل یک حمام آرام و بی‌استرس



شکل ۸-۱ - حمام مرحله‌به‌مرحله. هر مرحله را با لحن آرام و تشویقی همراه کنید تا سگ از حمام نترسد.

۲ مراقبت از مو، گوش، چشم و دندان

شانه‌کردن منظم مو، یکی از مهم‌ترین کارهای گرومینگ است و به نوع موی سگ بستگی دارد. سگ‌های موبلند به شانه‌زدن روزانه یا چندباره در هفته نیاز دارند تا مویشان گره نخورد و نمد نشود؛ سگ‌های موکوتاه با هفته‌ای یک یا دو بار برس‌زدن خوب‌اند. برس‌زدن علاوه بر زیبایی، چربی طبیعی را در مو پخش می‌کند، موهای مرده را برمی‌دارد و فرصتی برای بررسی پوست از نظر زخم، کک یا توده است.

■ گوش‌ها، چشم‌ها و دندان‌ها

گوش سگ، به‌خصوص در نژادهای گوش‌افتاده، مستعد عفونت است. هفته‌ای یک‌بار گوش‌ها را بررسی کنید؛ بوی بد، ترشح زیاد یا قرمزی، نشانه مشکل و نیاز به دامپزشک است. گوش را فقط از قسمت بیرونی و قابل‌دید با محلول مخصوص تمیز کنید و هرگز گوش‌پاک‌کن را داخل کانال

گوش فرو نکنید. چشم‌ها باید روشن و بدون ترشح باشند؛ ترشح‌های گوشه چشم را با دستمال نرم و مرطوب پاک کنید.

سلامت دندان اغلب نادیده گرفته می‌شود، اما بیماری لثه در سگ‌ها بسیار شایع است و می‌تواند به سلامت کلی آسیب بزند. ایده‌آل این است که دندان‌های سگ را با خمیردندان مخصوص سگ (نه خمیردندان انسان که برایش سمی است) مسواک بزنید. اگر مسواک‌زدن ممکن نیست، اسباب‌بازی‌های جویدنی و تشویقی‌های دندانی می‌توانند کمک کنند، هرچند جایگزین کامل مسواک نیستند.

! هشدار جدی

خمیردندان انسان حاوی موادی است که برای سگ سمی‌اند (از جمله گاهی زایلیتول). فقط از خمیردندان مخصوص سگ استفاده کنید.

بخش بدن	تناوب مراقبت	نشانه هشدار
مو (موکوتاه)	هفته‌ای ۱ تا ۲ بار	ریزش زیاد، زخم، کک
مو (موبلند)	روزانه یا چندباره	گره و نمد شدن مو
گوش	هفته‌ای ۱ بار بررسی	بوی بد، ترشح، قرمزی
چشم	روزانه نگاه کوتاه	ترشح، قرمزی، کدورت
دندان	چند بار در هفته مسواک	بوی بد، جرم، لثه قرمز

۳ کوتاه‌کردن ناخن بدون استرس

ناخن بلند برای سگ دردناک و مشکل‌ساز است؛ راه‌رفتن را سخت می‌کند، به مفاصل فشار می‌آورد و حتی ممکن است در گوشت فرو رود. اما کوتاه‌کردن ناخن برای بسیاری از سگ‌ها (و صاحبان) استرس‌زاست. راز موفقیت، عادت‌دادن تدریجی و مثبت است. از همان توله‌گی، لمس پنجه‌ها را با تشویقی همراه کنید تا سگ به دست‌زدن به پاهایش حساسیت نشان ندهد.

هنگام کوتاه‌کردن، فقط نوک ناخن را بزنید و مراقب «بخش زنده» داخل ناخن (که رگ و عصب دارد) باشید. در ناخن‌های روشن، این بخش به صورت یک ناحیه صورتی دیده می‌شود؛ در ناخن‌های تیره دیدنش سخت‌تر است و باید محتاط‌تر و کم‌کم پیش بروید. اگر مطمئن نیستید، هر بار فقط کمی بزنید. داشتن پودر بندآورنده خون در دسترس، برای موارد احتمالی خونریزی

مفید است.

★ نکته طلایی

ناخن‌گیری را به جلسات کوتاه تقسیم کنید؛ لازم نیست همه ناخن‌ها را یک‌جا بزنید. هر بار چند ناخن و همراه با تشویقی فراوان. این‌طور سگ ناخن‌گیری را با تجربه خوب پیوند می‌زند.

◀ تمرین: حساسیت‌زدایی از ناخن‌گیری

برای از بین بردن ترس ناخن‌گیری، این مراحل تدریجی را طی چند روز انجام دهید:

- روز اول: فقط پنجه را لمس کنید و تشویقی بدهید.
- روز دوم: ناخن‌گیر را نشان دهید و به پنجه نزدیک کنید، با تشویقی.
- روز سوم: ناخن‌گیر را به ناخن بزنید بدون بریدن، با تشویقی.
- روز چهارم: یک ناخن را کوتاه کنید و جشن بگیرید.
- به تدریج تعداد ناخن‌ها را در هر جلسه بیشتر کنید.

گرومینگ؛ درست و نادرست

نادرست	درست
• شامپوی انسان	• شامپوی مخصوص سگ
• سشوار داغ	• آب ولرم
• حمام بیش‌ازحد	• خشک کردن کامل
• خمیردندان انسان	• مسواک با خمیر سگ
• بریدن عمیق ناخن	• ناخن‌گیری تدریجی

شکل ۲-۸ - خلاصه کارهای درست و نادرست در گرومینگ خانگی.

۴ بهداشت محیط زندگی سگ

سلامت سگ به بهداشت محیط او هم وابسته است. جای خواب، پتو و اسباب‌بازی‌های پارچه‌ای

را به طور منظم بشوید تا کک، کنه و باکتری در آن‌ها جمع نشود. ظرف غذا و آب را روزانه بشوید؛ ظرف آب کثیف، محل رشد باکتری است. محل دفع سگ (چه در حیاط و چه پد توالت در آپارتمان) را مرتب تمیز کنید تا هم بوی بد ایجاد نشود و هم محیط بهداشتی بماند.

در آپارتمان، تهویه مناسب و نظافت منظم کف، به کاهش بو و مو کمک زیادی می‌کند. جاروبرقی منظم برای جمع‌آوری موها، و شست‌وشوی دوره‌ای سطوح، فضای زندگی را برای همه دلپذیرتر می‌کند. اگر کسی در خانه آلرژی دارد، نظافت منظم‌تر و یک فضای بدون سگ (مثل اتاق خواب) می‌تواند کمک‌کننده باشد.

- جای خواب و پتو: هفته‌ای یک‌بار شست‌وشو.
- ظرف غذا و آب: روزانه شست‌وشو.
- محل دفع/پد توالت: تعویض و تمیزکردن مرتب و روزانه.
- اسباب‌بازی‌ها: شست‌وشوی دوره‌ای، به خصوص پارچه‌ای‌ها.
- کف و سطوح: جاروبرقی منظم و شست‌وشوی دوره‌ای.

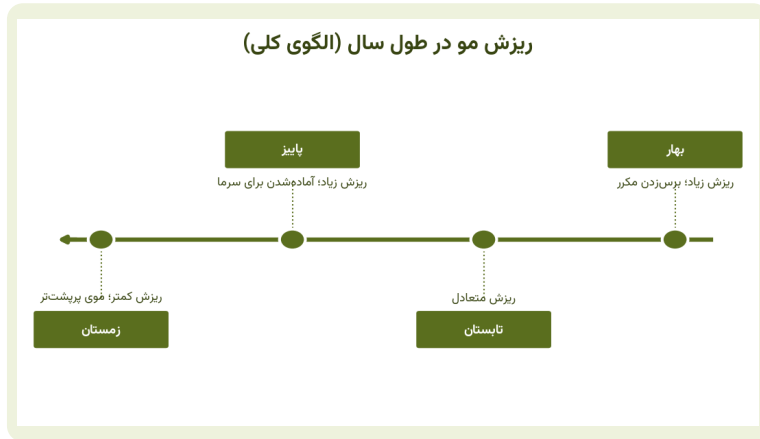
نکته

هنگام نظافت محیط سگ، از مواد شوینده کم‌خطر و بی‌بو استفاده کنید و سطوح را خوب آبکشی کنید؛ بوی تند برخی شوینده‌ها برای سگ آزاردهنده و گاهی مضر است.

۵ مدیریت ریزش مو و گرومینگ فصلی

ریزش مو بخش طبیعی زندگی با سگ است، اما میزان آن بسته به نژاد و فصل تغییر می‌کند. بسیاری از سگ‌ها در فصل‌های تغییر (به‌ویژه بهار و پاییز) ریزش بیشتری دارند، چون موی خود را با تغییر دما تطبیق می‌دهند. به‌جای جنگ بی‌فایده با این پدیده طبیعی، آن را مدیریت کنید: برس‌زدن منظم‌تر در فصل ریزش، بیشترین کمک را می‌کند، چون موهای مرده را پیش از پخش‌شدن در خانه جمع می‌کند.

نوع مو هم در برنامه گرومینگ نقش دارد. سگ‌های مو بلند یا دارای زیرموی پرپشت، به برس‌زدن مکرر و گاهی ابزار مخصوص نیاز دارند تا موهایشان گره نخورد و زیرمو تهویه شود. سگ‌های مو کوتاه نگهداری ساده‌تری دارند اما باز هم برس‌زدن منظم، پوست را سالم و خانه را تمیزتر نگه می‌دارد. در هر صورت، گرومینگ منظم فرصت خوبی برای بررسی پوست، زخم، کک و کنه هم هست.



شکل: ۳-۸ ریزش مو در فصل‌های تغییر بیشتر می‌شود (بسته به نژاد متفاوت است).

- در فصل ریزش، دفعات برس زدن را بیشتر کنید تا موی مرده زودتر جمع شود.
- برای موی بلند یا زیرموی پرپشت، از ابزار مناسب و برس زدن مکرر استفاده کنید.
- گرومینگ را فرصتی برای بررسی پوست، زخم، کک و کنه قرار دهید.
- جاروبرقی منظم و شست‌وشوی سطوح، خانه را در فصل ریزش تمیزتر نگه می‌دارد.
- ریزش ناگهانی و موضعی همراه با خارش یا زخم را با دامپزشک بررسی کنید.

نکته

ریزش بیش‌ازحد و غیرعادی، همراه با خارش شدید، قرمزی یا طاسی موضعی، می‌تواند نشانه مشکل پوستی، انگل یا حساسیت باشد، نه ریزش فصلی طبیعی. در این موارد به دامپزشک مراجعه کنید.

نکته طلایی

برس زدن منظم، ساده‌ترین و موثرترین راه کنترل ریزش است: موها را همان‌جا روی برس جمع می‌کنید، نه بعد از روی مبل و لباس.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « سگ‌ها نباید زیاد حمام شوند؛ شست‌وشوی بیش‌ازحد به پوست آسیب می‌زند.
- « همیشه از شامپو و خمیردندان مخصوص سگ استفاده کنید، نه محصولات انسان.

- « برس زدن منظم، گوش، چشم و دندان را هم باید جزو روال بهداشتی قرار داد.
- « ناخن گیری را تدریجی و همراه با تشویقی به یک تجربه مثبت تبدیل کنید.
- « بهداشت محیط (جای خواب، ظرفها، محل دفع) بخش مهمی از سلامت سگ است.

پرسش های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: هر چند وقت یک بار سگم را حمام کنم؟

پاسخ: برای بیشتر سگ ها هر یک تا سه ماه، یا هنگام کثیف شدن، کافی است. شستن بیش از حد پوست را خشک و تحریک می کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم اجازه ناخن گیری نمی دهد؛ چه کنم؟

پاسخ: با حساسیت زدایی تدریجی شروع کنید: ابتدا فقط لمس پنجه با تشویقی، و در طول چند روز به تدریج تا کوتاه کردن یک ناخن پیش بروید. عجله نکنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: بوی بد دهان سگم طبیعی است؟

پاسخ: بوی بد مداوم معمولا نشانه مشکل دندان یا لثه است، نه چیزی طبیعی. مسواک منظم کمک می کند و در صورت تداوم، به دامپزشک مراجعه کنید.

✓ همین امروز چه کنم؟

- نوع موی سگتان را مشخص و یک برنامه برس زدن منظم تعیین کنید.
- گوش ها، چشم ها و دندان های سگ را امروز یک بار بررسی کنید.
- اولین گام حساسیت زدایی ناخن گیری (لمس پنجه با تشویقی) را شروع کنید.

فصل

9

سلامت، واکسیناسیون و پیشگیری

پیشگیری همیشه ارزان‌تر، ساده‌تر و بی‌دردتر از درمان است.

در این فصل می‌خوانید

- برنامه واکسیناسیون و انگل‌زدایی
- نشانه‌های بیماری و زمان مراجعه به دامپزشک
- جعبه کمک‌های اولیه سگ
- عقیم‌سازی و سلامت بلندمدت

پیشگیری همیشه آسان‌تر، ارزان‌تر و کم‌دردتر از درمان است. با چند اقدام ساده و منظم - واکسن، انگل‌زدایی، معاینه دوره‌ای و شناخت نشانه‌های خطر - می‌توانید سال‌ها سلامت و شادی را برای سگ‌تان تضمین کنید.

۱ نگاه کلی به سلامت و پیشگیری

سلامت سگ بر چند ستون استوار است: تغذیه درست، واکسیناسیون به‌موقع، انگل‌زدایی منظم، بهداشت، ورزش کافی و معاینه دوره‌ای نزد دامپزشک. هیچ‌کدام از این‌ها به‌تنهایی کافی نیست؛ مثل پایه‌های یک میز، اگر یکی لنگ بزند، تعادل کل سلامت سگ به هم می‌خورد. خبر خوب این است که بیشتر این کارها ساده‌اند و با کمی نظم به عادت تبدیل می‌شوند.

نقش شما به‌عنوان صاحب سگ، نقش یک مراقب آگاه است؛ نه پزشک. وظیفه شما این است که سگ را خوب بشناسید، تغییرهای رفتاری و جسمی او را زود تشخیص دهید و در زمان درست به متخصص مراجعه کنید. این فصل به شما کمک می‌کند بدانید چه چیزی طبیعی است، چه چیزی نشانه خطر است و چه‌وقت باید نگران شوید.

! هشدار جدی

هیچ مطلبی در این کتاب جایگزین معاینه دامپزشک نیست. توصیه‌های این فصل برای آگاهی و پیشگیری است؛ برای تشخیص و درمان هر بیماری، حتماً به دامپزشک معتبر مراجعه کنید و داروها را خودسرانه تجویز نکنید.



شکل ۱-۹: شش ستون اصلی که با هم سلامت سگ را می‌سازند.

۲ واکسیناسیون: سپر دفاعی سگ

واکسن‌ها بدن سگ را آموزش می‌دهند تا پیش از روبه‌رو شدن با بیماری واقعی، در برابر آن آماده باشد. برخی بیماری‌های ویروسی سگ‌ها - مانند هاری، دیستمپر و پاروو ویروس - بسیار خطرناک و گاهی کشنده‌اند و درمان قطعی ندارند؛ به همین دلیل پیشگیری با واکسن تنها راه منطقی است. واکسن هاری علاوه بر سلامت سگ، برای ایمنی انسان‌ها هم حیاتی است و در بسیاری جاها اجباری است.

برنامه دقیق واکسیناسیون توله‌سگ معمولاً از حدود شش تا هشت‌هفتگی شروع می‌شود و با چند نوبت یادآور در فاصله‌های چند هفته‌ای ادامه می‌یابد، سپس به صورت سالانه تکرار می‌شود. زمان‌بندی دقیق به نوع واکسن، سن سگ و توصیه دامپزشک بستگی دارد، بنابراین جدول زیر را به عنوان یک نمای کلی ببینید، نه دستور قطعی.

واکسن / اقدام	زمان تقریبی شروع	تکرار
نوبت‌های اول واکسن ترکیبی	۶ تا ۸ هفتگی	چند نوبت با فاصله
یادآورهای بعدی	تا حدود ۱۶ هفتگی	طبق نظر دامپزشک
هاری	معمولاً پس از ۳ ماهگی	سالانه/طبق قانون محل
یادآور سالانه	هر سال	سالانه

نکته

تا کامل شدن نوبت‌های اولیه واکسن، توله سگ را از محیط‌های پرخطر و تماس با سگ‌های ناشناس دور نگه دارید؛ اما این به معنای توقف کامل اجتماعی‌سازی نیست. در فصل اجتماعی‌سازی درباره تعادل این دو صحبت می‌کنیم.

نکته طلایی

یک دفترچه سلامت برای سگ‌تان نگه دارید و تاریخ هر واکسن و انگل‌زدایی را در آن ثبت کنید. این دفترچه هنگام سفر، نگهداری موقت سگ یا مراجعه اورژانسی بسیار به کار می‌آید.

۳ انگل‌ها: داخلی و خارجی

انگل‌ها دو دسته کلی دارند: انگل‌های داخلی مانند کرم‌های روده، و انگل‌های خارجی مانند کک و کنه. انگل‌های داخلی می‌توانند باعث لاغری، اسهال، استفراغ و ضعف عمومی شوند و برخی از آن‌ها به انسان هم منتقل می‌شوند. انگل‌های خارجی علاوه بر خارش و ناراحتی، گاهی ناقل بیماری‌اند و باید جدی گرفته شوند.

انگل‌زدایی منظم - هم داخلی و هم خارجی - بخش ثابتی از مراقبت از سگ است. شکل و فاصله مصرف داروهای انگل بسته به سن، وزن، سبک زندگی سگ (آپارتمانی یا حیاطی) و منطقه جغرافیایی فرق می‌کند. هرگز داروی انگل انسان را به سگ ندهید و دوز را بر اساس وزن و تجویز دامپزشک تعیین کنید.

نوع انگل	نمونه	نشانه‌های شایع
داخلی	کرم‌های روده	لاغری، اسهال، شکم برآمده در توله
خارجی - کک	کک	خارش شدید، جوش، بی‌قراری
خارجی - کنه	کنه	گزش، گاهی ناقل بیماری
انگل پوستی	جرب	ریزش مو، خارش، پوسته پوستی

! هشدار جدی

کنه را هرگز با دست لخت نکشید و آن را له نکنید. برای خارج کردن کنه روش درست و ابزار مناسب لازم است؛ در صورت تردید یا اگر سر کنه در پوست بماند، به دامپزشک مراجعه کنید. پس از هر گردش در طبیعت، بدن سگ را برای کک و کنه بازرسی کنید.



شکل ۲-۹ نشانه‌هایی که ممکن است به انگل یا بیماری مربوط باشند.

۴ نشانه‌های بیماری: چه وقت نگران شویم؟

سگ‌ها نمی‌توانند درد یا ناخوشی‌شان را با کلمه بیان کنند، اما بدن و رفتارشان پیام می‌دهد. شناخت حالت طبیعی سگ‌تان - میزان اشتها، انرژی، شکل مدفوع، نفس‌کشیدن و خلق‌وخو - کمک می‌کند تغییرهای غیرعادی را زود تشخیص دهید. بسیاری از بیماری‌ها اگر زود تشخیص داده شوند، آسان‌تر درمان می‌شوند.

■ نشانه‌هایی که نیاز به توجه دارند

- بی‌اشتهایی بیش از یک روز یا امتناع کامل از غذا و آب.
- استفراغ یا اسهال مکرر، به‌خصوص همراه با خون.
- بی‌حالی شدید، لرزش یا ناتوانی در بلندشدن.
- تنفس سخت، سرفه مداوم یا تنفس بسیار تند در حالت استراحت.
- تشنج، عدم تعادل یا گیجی ناگهانی.
- تورم شکم، درد هنگام لمس یا ناله بی‌دلیل.
- خون‌ریزی، زخم عمیق یا لنگش ناگهانی و شدید.

! هشدار جدی

نشانه‌هایی مانند تشنج، تنفس بسیار سخت، تورم سریع شکم، خونریزی شدید یا بی‌هوشی، وضعیت اورژانسی‌اند و نیاز به مراجعه فوری به دامپزشک دارند. در این موارد معطل نکنید.

? پرسش و پاسخ

پرسش: از کجا بفهمم تب سگ بالاست؟

پاسخ: دمای طبیعی بدن سگ کمی از انسان بالاتر است. خشکی یا داغی بیش‌ازحد، بی‌حالی و بی‌اشتهایی می‌تواند نشانه تب باشد، اما تشخیص قطعی نیاز به اندازه‌گیری توسط دامپزشک دارد. خودسرانه دارو ندهید.

۵ جعبه کمک‌های اولیه سگ

داشتن یک جعبه کمک‌های اولیه آماده، در شرایط اضطراری چند دقیقه طلایی به شما می‌دهد. هدف کمک‌های اولیه، درمان نیست؛ بلکه تثبیت وضعیت سگ و رساندن او سالم به دامپزشک است. محتویات این جعبه را در جای مشخص و در دسترس نگه دارید و تاریخ انقضای اقلام را گه‌گاه بررسی کنید.

اقلام پیشنهادی جعبه کمک‌های اولیه

☐ باند و گاز استریل و چسب زخم

☐ پنبه و دستمال تمیز

☐ قیچی و دستکش یک‌بارمصرف

☐ محلول ضدعفونی‌کننده ملایم

☐ پنس برای خارج کردن خار یا کنه (با احتیاط)

☐ دماسنج مخصوص حیوان

☐ شماره تماس دامپزشک و نزدیک‌ترین کلینیک شبانه‌روزی

☐ دفترچه سلامت و فهرست داروهای مصرفی سگ

نکته

هیچ دارویی (مسکن، آنتی‌بیوتیک و جز آن) را بدون تجویز دامپزشک در جعبه نگذارید و به سگ ندهید؛ بسیاری از داروهای انسانی برای سگ سمی‌اند.

مثال واقعی

اگر پنجه سگ بریده و خون‌ریزی دارد: محل را با گاز تمیز فشار دهید تا خون‌ریزی کند شود، در صورت امکان باند سبک بزنید و بدون اتلاف وقت به دامپزشک ببرید. سگ دردمند ممکن است از روی ترس گاز بگیرد، پس با آرامش و احتیاط رفتار کنید.

۶ عقیم‌سازی: تصمیمی مهم و آگاهانه

عقیم‌سازی (در نر و ماده) یکی از تصمیم‌های مهم در زندگی سگ است که جنبه‌های سلامتی، رفتاری و اجتماعی دارد. از نظر سلامت، عقیم‌سازی می‌تواند خطر برخی بیماری‌ها و سرطان‌های دستگاه تناسلی را کاهش دهد. از نظر رفتاری، گاهی برخی رفتارهای مرتبط با هورمون‌ها را تعدیل می‌کند، هرچند جایگزین آموزش نیست.

از نظر اجتماعی، عقیم‌سازی به کنترل جمعیت سگ‌ها و کاهش تعداد سگ‌های بی‌سرپرست کمک می‌کند - موضوعی که در بسیاری از شهرها اهمیت زیادی دارد. در عین حال، عقیم‌سازی یک عمل جراحی است و زمان مناسب آن به نژاد، جنسیت و وضعیت سگ بستگی دارد. این تصمیم را با مشورت دامپزشک و با در نظر گرفتن شرایط سگ خودتان بگیرید.

جنبه	فایده‌های احتمالی	نکته
سلامت	کاهش خطر برخی بیماری‌ها	زمان عمل را با دامپزشک تعیین کنید
رفتار	تعدیل برخی رفتارهای هورمونی	جایگزین آموزش نیست
اجتماعی	کنترل جمعیت سگ‌ها	اقدامی مسئولانه

☆ نکته طلایی

هیچ تصمیمی درباره عقیم‌سازی را بر اساس شنیده‌ها نگیرید. مزایا و زمان مناسب آن برای هر سگ متفاوت است؛ بهترین راهنما، دامپزشکی است که سگ شما را معاینه کرده باشد.

۷ آمادگی برای اورژانس

هیچ‌کس دوست ندارد به وضعیت اورژانسی فکر کند، اما آمادگی پیش از وقوع، می‌تواند در لحظه بحران جان سگ را نجات دهد. آمادگی یعنی سه چیز: دانستن نشانه‌های اورژانس، داشتن جعبه کمک‌های اولیه آماده (که در همین فصل دیدیم)، و در دسترس داشتن شماره دامپزشک و نزدیک‌ترین کلینیک شبانه‌روزی. در یک وضعیت اورژانسی، چند دقیقه اول می‌تواند تعیین‌کننده باشد.

هدف کمک‌های اولیه، درمان نیست؛ تثبیت وضعیت سگ و رساندن او به دامپزشک است. در هر اورژانسی، آرامش خودتان مهم‌ترین ابزار است؛ سگ دردمند یا ترسیده ممکن است حتی به صاحب محبوبش واکنش نشان دهد، پس با احتیاط و آرامش رفتار کنید. اگر امکان دارد، پیش از حرکت با کلینیک تماس بگیرید تا هم راهنمایی بگیرید و هم آن‌ها آماده پذیرش باشند.



شکل: ۳-۹ در اورژانس، آرامش و تماس سریع با دامپزشک، کلید است.

- شماره دامپزشک و کلینیک شبانه‌روزی را همیشه در جای مشخص و در دسترس داشته باشید.

- جعبه کمک‌های اولیه را آماده و تاریخ انقضای اقلام را گه‌گاه بررسی کنید.
- در اورژانس آرام بمانید؛ سگ دردمند ممکن است از روی ترس واکنش نشان دهد.
- در صورت امکان پیش از حرکت تماس بگیرید تا راهنمایی بگیرید و کلینیک آماده باشد.
- نشانه‌های اورژانسی (تشنج، تنفس سخت، خون‌ریزی شدید) را بشناسید و معطل نکنید.

! هشدار جدی

هیچ دارویی را در اورژانس بدون مشورت دامپزشک به سگ ندهید؛ بسیاری از داروهای انسانی سمی‌اند. همچنین در صورت مشکوک‌بودن به مسمومیت، بدون توصیه دامپزشک سگ را وادار به استفراغ نکنید، چون گاهی این کار خطر را بیشتر می‌کند.

★ نکته طلایی

بهترین زمان برای آماده‌شدن برای اورژانس، همین حالا است - نه وسط بحران. چند دقیقه وقت برای ذخیره شماره‌ها و تهیه جعبه کمک‌های اولیه، می‌تواند روزی جان‌نجات‌بخش باشد.

نقش معاینه منظم در تشخیص زودهنگام

یکی از ارزشمندترین کارها برای سلامت بلندمدت سگ، معاینه دوره‌ای منظم نزد دامپزشک است - حتی وقتی سگ کاملاً سالم به نظر می‌رسد. دلیلش ساده است: سگ‌ها در پنهان‌کردن بیماری و درد بسیار ماهرند، و بسیاری از مشکلات در مراحل اولیه هیچ نشانه آشکاری ندارند. معاینه منظم به دامپزشک اجازه می‌دهد مشکلات را زود تشخیص دهد، زمانی که درمان آسان‌تر، ارزان‌تر و موثرتر است.

فاصله معاینه‌ها به سن و وضعیت سگ بستگی دارد: سگ‌های بالغ سالم معمولاً به معاینه سالانه نیاز دارند، در حالی که توله‌ها، سگ‌های مسن و سگ‌های دارای بیماری به مراجعه بیشتری نیاز دارند. دامپزشک برنامه دقیق را تعیین می‌کند. این معاینه‌ها فرصت خوبی هستند برای به‌روزرسانی واکسن‌ها، بررسی وزن و دندان، و پرسیدن هر سؤالی که درباره سلامت یا رفتار سگ‌تان دارید.



شکل ۴-۹: معاینه منظم، مشکلات را پیش از جدی‌شدن آشکار می‌کند.

★ نکته طلایی

معاینه منظم، حتی برای سگ‌ها را سالم، یک سرمایه‌گذاری است نه هزینه. تشخیص زودهنگام می‌تواند جان سگ را نجات دهد و از درمان‌های سنگین جلوگیری کند.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « پیشگیری (واکسن، انگل‌زدایی، معاینه) از درمان آسان‌تر و کم‌هزینه‌تر است.
- « واکسن‌ها در برابر بیماری‌های خطرناک و گاه کشنده از سگ محافظت می‌کنند.
- « انگل‌زدایی داخلی و خارجی منظم، بخش ثابت مراقبت از سگ است.
- « شناخت حالت طبیعی سگ کمک می‌کند نشانه‌های بیماری را زود تشخیص دهید.
- « یک جعبه کمک‌های اولیه آماده و شماره دامپزشک، در اورژانس جان‌نجات‌بخش است.

■ پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: هر چند وقت یکبار سگم را برای معاینه ببرم؟

پاسخ: برای سگ بالغ سالم، معمولا سالی یکبار معاینه عمومی توصیه می‌شود؛ توله‌ها و سگ‌های مسن یا بیمار به مراجعه بیشتری نیاز دارند. دامپزشک برنامه دقیق را تعیین می‌کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا می‌توانم داروی انسان را با دوز کمتر به سگ بدهم؟

پاسخ: خیر. بسیاری از داروهای رایج انسانی برای سگ سمی یا کشنده‌اند. هیچ دارویی را بدون تجویز دامپزشک به سگ ندهید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم واکسن دارد، باز هم باید انگل‌زدایی کنم؟

پاسخ: بله. واکسن و انگل‌زدایی دو کار جدا هستند؛ واکسن در برابر ویروس‌ها و انگل‌زدایی در برابر کرم‌ها و انگل‌ها محافظت می‌کند. هر دو لازم‌اند.

✓ همین امروز چه کنم؟

- یک دفترچه سلامت برای سگ‌تان درست کنید و واکسن‌های انجام‌شده را در آن بنویسید.
- شماره دامپزشک و نزدیک‌ترین کلینیک شبانه‌روزی را در جای مشخص ذخیره کنید.
- اقلام جعبه کمک‌های اولیه را تهیه و در محل در دسترس قرار دهید.

فصل

۱۰

ورزش، بازی و سرگرمی ذهنی

سگ خسته و سرگرم، سگ خوب است؛ بیشتر بدرفتاری‌ها ریشه در بی‌حوصلگی دارد.

در این فصل می‌خوانید

- نیاز ورزشی هر نژاد چقدر است
- بازی‌های مفید در خانه و بیرون
- سرگرمی ذهنی و پازل‌های غذایی
- تعادل بین انرژی و آرامش

سگ خسته، سگ خوب است. بسیاری از رفتارهای آزاردهنده - جویدن، پارس بی‌مورد، بیش‌فعالی - ریشه در انرژی تخلیه‌نشده دارند. ورزش بدنی و سرگرمی ذهنی، دو بال یک سگ متعادل و آرام‌اند.

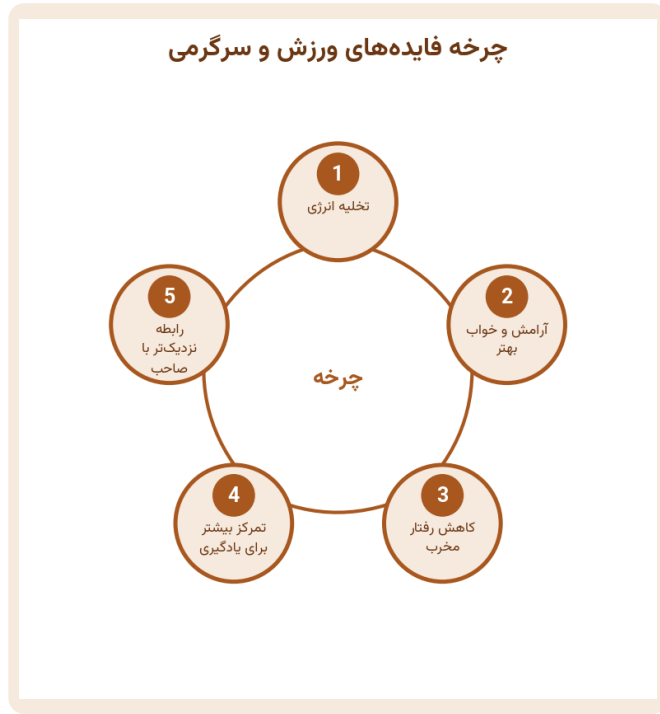
۱ چرا ورزش و سرگرمی این‌قدر مهم است؟

سگ‌ها حیوان‌هایی فعال و کنجکاوند که در طبیعت بخش زیادی از روزشان را صرف حرکت، جست‌وجو و کاوش می‌کردند. وقتی این نیاز در خانه برآورده نشود، انرژی و کنجکاوای سرکوب‌شده راه دیگری برای تخلیه پیدا می‌کند؛ معمولاً به شکل رفتارهایی که ما «مشکل» می‌نامیم. بنابراین بسیاری از مشکلات رفتاری، در اصل مشکل کمبود ورزش و سرگرمی‌اند، نه بدجنسی سگ.

ورزش منظم فایده‌های فراوانی دارد: وزن سالم، عضلات و مفاصل قوی، قلب سالم، خواب بهتر و خلق‌وخوی متعادل. سرگرمی ذهنی هم به‌اندازه ورزش بدنی اهمیت دارد؛ یک سگ که ذهنش درگیر حل مسئله و کاوش می‌شود، رضایت عمیق‌تری دارد و کمتر دچار بی‌حوصلگی و رفتارهای تخریبی می‌شود. در واقع، فعالیت ذهنی اغلب سریع‌تر از دویدن، سگ را خسته و راضی می‌کند.

☆ نکته طلایی

یک قانون ساده: قبل از تنبیه‌کردن سگ برای رفتار بد، از خودتان بپرسید «آیا امروز به‌اندازه کافی ورزش و سرگرمی داشته است؟» اغلب پاسخ همین‌جاست.



شکل ۱-۱۰ ورزش و سرگرمی چگونه به چرخه‌ای مثبت تبدیل می‌شود.

۲ ورزش بدنی: چقدر و چگونه؟

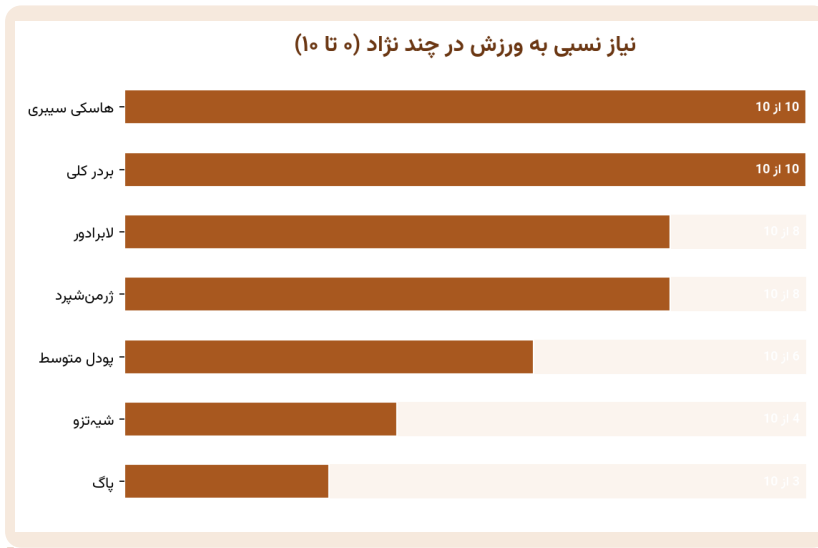
مقدار ورزش موردنیاز هر سگ به نژاد، سن، وزن و سطح انرژی او بستگی دارد. سگ‌های کاری و پرانرژی مانند هاسکی یا ژرمن‌شپرد به ورزش زیاد و منظم نیاز دارند، در حالی که نژادهای کوچک یا کم‌تحرك با پیاده‌روی کوتاه‌تر هم راضی می‌شوند. توله‌سگ‌ها و سگ‌های مسن نیاز ویژه دارند و نباید بیش‌ازحد فشار ببینند.

انواع ورزش بدنی شامل پیاده‌روی منظم، دویدن کنترل‌شده، بازی پرتاب‌کردن و آوردن توپ، شنا (برای سگ‌هایی که دوست دارند) و بازی با سگ‌های دیگر است. ترکیب چند نوع فعالیت، هم از یکنواختی جلوگیری می‌کند و هم عضلات مختلف را درگیر می‌کند. کیفیت پیاده‌روی هم مهم است: اجازه دهید سگ بو بکشد و کاوش کند، چون بوییدن خودش نوعی ورزش ذهنی است.

سطح انرژی نژاد	نمونه	نیاز تقریبی روزانه
بسیار پرانرژی	هاسکی، بردر کلی	ورزش زیاد و متنوع
پرانرژی	ژرمن شپرد، لابرادور	ورزش منظم و قابل توجه
متوسط	بیشتر نژادهای متوسط	پیاده روی روزانه + بازی
کم تحرک	برخی نژادهای کوچک/مسن	پیاده روی کوتاه و ملایم

! هشدار جدی

در روزهای بسیار گرم، ورزش سنگین را به ساعات خنک صبح یا شب منتقل کنید و آب کافی همراه داشته باشید. آسفالت داغ کف پنجه سگ را می‌سوزاند؛ اگر پشت دست شما روی زمین داغ بود، برای پنجه سگ هم داغ است. نژادهای پوزه کوتاه در گرما بیشتر در خطر گرمزدگی‌اند.



شکل ۲-۱۰ نمونه‌ای از تفاوت نیاز به ورزش میان نژادها (تقریبی).

۳ سرگرمی ذهنی: ورزش مغز سگ

ذهن سگ هم مثل عضلاتش به تمرین نیاز دارد. سرگرمی ذهنی یعنی فراهم کردن موقعیت‌هایی که سگ در آن‌ها فکر کند، مسئله حل کند و حواسش (به‌خصوص بویایی قوی‌اش) را به‌کار بگیرد. این نوع فعالیت، سگ را به شکل عمیقی راضی و آرام می‌کند و اغلب موثرتر از ورزش بدنی صرف است.

■ ایده‌هایی برای سرگرمی ذهنی

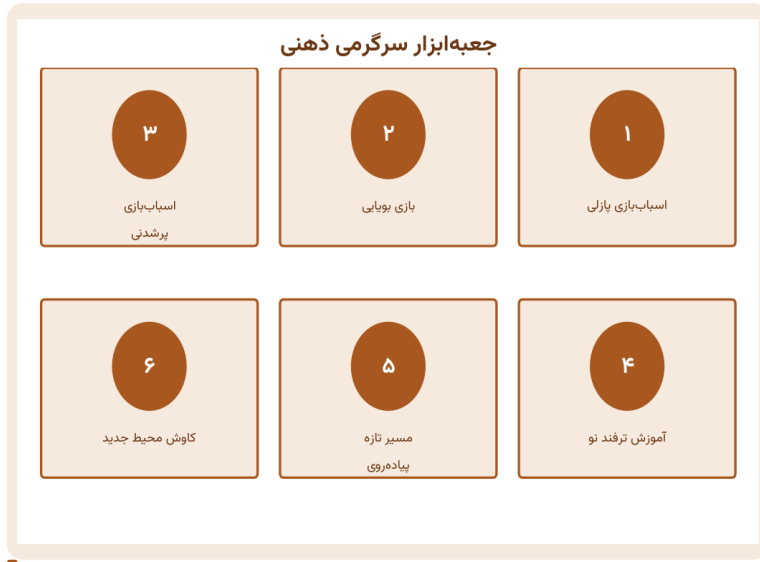
۱. اسباب‌بازی‌های پازلی که سگ باید برای رسیدن به غذا حلشان کند.
۲. پنهان کردن تکه‌های غذا در خانه یا حیاط و تشویق سگ به پیدا کردن (بازی بویایی).
۳. دادن غذا داخل اسباب‌بازی‌های پرشده به جای ظرف معمولی.
۴. آموزش ترفندها و دستوره‌های جدید؛ یادگیری خودش سرگرمی است.
۵. تغییر مسیر پیاده‌روی برای تجربه بوها و محیط‌های تازه.

◆ مثال واقعی

یک بازی بویایی ساده: چند تکه غذای خشک را جلوی چشم سگ زیر چند لیوان پلاستیکی پنهان کنید و بگذارید با بو آن‌ها را پیدا کند. همین بازی ساده چند دقیقه‌ای، ذهن سگ را به‌خوبی درگیر و خسته می‌کند.

★ نکته طلایی

می‌توانید بخشی از وعده غذایی روزانه سگ را از طریق بازی‌های فکری و آموزش بدهید، نه فقط داخل ظرف. این کار هم سرگرمی است، هم انگیزه یادگیری را بالا می‌برد و هم از پرخوری بی‌حرکت جلوگیری می‌کند.



شکل ۳-۱۰ شش راه ساده برای درگیرکردن ذهن سگ.

۴ تعادل انرژی در سگ های مختلف

نیاز به ورزش در طول زندگی سگ تغییر می کند. توله سگ ها انرژی زیادی دارند اما بدن شان هنوز در حال رشد است؛ بنابراین به جای ورزش طولانی و سنگین، بازی های کوتاه و مکرر برایشان بهتر است و فشار زیاد به مفاصل در حال رشد می تواند آسیبزا باشد. سگ بالغ به اوج ورزش منظم نیاز دارد. سگ مسن همچنان به فعالیت ملایم نیاز دارد، اما با شدت کمتر و توجه به درد مفاصل.

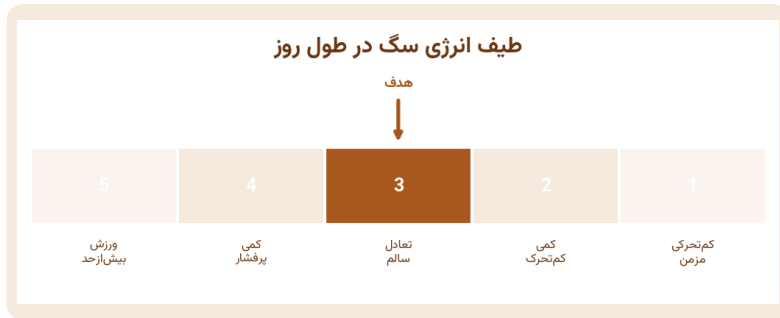
نشانه های کمبود ورزش را بشناسید: بی قراری، رفتار مخرب، پارس زیاد، چاقی و حتی افسردگی و بی حالی. در مقابل، نشانه های ورزش بیش از حد یا نامناسب هم وجود دارد: خستگی مفرط، امتناع از ادامه، لنگش یا درد. هدف، یافتن نقطه تعادل برای سگ خاص شماست؛ سگی که بعد از فعالیت، آرام و راضی استراحت می کند، احتمالاً تعادل درستی دارد.

مرحله سنی	رویکرد ورزشی	احتیاط
توله سگ	بازی های کوتاه و مکرر	فشار زیاد به مفاصل ممنوع

مرحله سنی	رویکرد ورزشی	احتیاط
بالغ	ورزش منظم و متنوع	تعادل بدنی و ذهنی
مسن	فعالیت ملایم و کوتاه	توجه به درد و خستگی

اشتباه رایج

یکی از اشتباه‌های رایج، «ورزش آخر هفته‌ای» است: بی‌حرکی در طول هفته و سپس ورزش بسیار سنگین در یک روز. این الگو خطر آسیب‌دیدگی را بالا می‌برد. ورزش منظم روزانه، حتی اگر کوتاه باشد، بسیار بهتر از فعالیت شدید و نامنظم است.



شکل ۴-۱۰ هدف، رسیدن به نقطه تعادل سالم میان کم‌تحرکی و پرفشاری است.

۵ بازی، رابطه و قانون‌مندی

بازی فقط تخلیه انرژی نیست؛ ابزاری قدرتمند برای ساختن رابطه نزدیک میان شما و سگ است. وقتی با سگ‌تان بازی می‌کنید، اعتماد و پیوند عاطفی عمیق‌تر می‌شود و سگ شما را به‌عنوان منبع شادی و امنیت می‌بیند. همین رابطه، پایه آموزش موفق است.

با این حال، بازی هم باید قانون داشته باشد. بازی‌هایی که پرخاشگری یا هیجان بیش‌ازحد را تحریک می‌کنند، یا بازی‌هایی که در آن سگ یاد می‌گیرد دست و لباس شما را گاز بگیرد، درازمدت مشکل‌ساز می‌شوند. بهتر است بازی را شما شروع و تمام کنید و در میان آن، گه‌گاه با یک دستور ساده (مثل «بشین») سگ را به حالت آرام برگردانید تا یاد بگیرد هیجان را کنترل کند.

تمرین

بازی همراه با کنترل هیجان:

- بازی پرتاب کردن و آوردن را شروع کنید.
- بعد از چند نوبت، مکث کنید و از سگ بخواهید «بشین».
- وقتی نشست و آرام شد، دوباره بازی را ادامه دهید.
- این الگو به سگ می آموزد هیجان و آرامش را پشت سرهم تجربه و کنترل کند.

نکته

اسباب بازی ها را بسته به دوام و ایمنی انتخاب کنید و سگ را هنگام بازی با اسباب بازی های کوچک یا قابل جویدن تنها نگذارید؛ بلعیدن قطعات می تواند خطرناک باشد.

۶ ورزش در فصل ها و آب و هوای مختلف

نیاز سگ به ورزش در همه فصل ها ادامه دارد، اما شیوه آن باید با آب و هوا تطبیق یابد. در تابستان گرم - که در بسیاری از مناطق ایران بسیار داغ است - ورزش سنگین در ساعات گرم روز خطرناک است و خطر گرمازدگی دارد. بهترین کار، انتقال ورزش به ساعات خنک صبح زود یا شب، همراه داشتن آب، و توجه به دمای زمین است. آسفالت داغ می تواند کف پنجه سگ را بسوزاند.

در زمستان، برخی سگ ها - به ویژه نژادهای مو کوتاه یا کوچک - به سرما حساس اند و ممکن است به مدت زمان کوتاه تر بیرون یا پوشش گرم نیاز داشته باشند، در حالی که نژادهای مو پرپشت سرما را بهتر تحمل می کنند. در روزهای پربارش هم می توان بخشی از ورزش را به سرگرمی ذهنی و بازی در داخل خانه منتقل کرد. انعطاف پذیری، کلید حفظ فعالیت در همه فصل ها است.



شکل ۵-۱۰: ورزش را با فصل و آب‌وهوا تطبیق دهید تا ایمن و موثر بماند.

- در گرما، ورزش را به صبح زود یا شب منتقل کنید و آب همراه داشته باشید.
- اگر پشت دستتان روی زمین داغ بود، برای پنجه سگ هم داغ است؛ مسیر را عوض کنید.
- نژادهای پوزه‌کوتاه در گرما بیشتر در خطر گرم‌زدگی‌اند؛ احتیاط بیشتری کنید.
- در سرمای شدید، برای سگ‌های حساس مدت بیرون را کوتاه کنید.
- در روزهای پربارش، سرگرمی ذهنی و بازی داخل خانه را جایگزین کنید.

هشدار جدی !

گرم‌زدگی یک اورژانس واقعی است. نشانه‌ها شامل له‌له‌زدن شدید، بی‌حالی و ناتوانی است. سگ را هرگز در ماشین گرم رها نکنید و در گرما ورزش سنگین ندهید؛ در صورت بروز نشانه‌ها، سگ را تدریجی خنک و فوراً به دامپزشک مراجعه کنید.

نکته طلایی ★

هیچ فصلی بهانه بی‌حرکی نیست؛ فقط شکل ورزش عوض می‌شود. با کمی خلاقیت، سگ شما در همه فصل‌ها فعال و راضی می‌ماند.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « بسیاری از رفتارهای بد، ریشه در انرژی و کنجکاوی تخلیه نشده دارند.
- « ورزش بدنی و سرگرمی ذهنی هر دو لازم‌اند؛ ذهن سگ هم به تمرین نیاز دارد.
- « مقدار ورزش باید با نژاد، سن و سطح انرژی سگ تنظیم شود.
- « ورزش منظم روزانه بسیار بهتر از فعالیت شدید و نامنظم است.
- « بازی، ابزار قدرتمندی برای ساختن رابطه و آموزش کنترل هیجان است.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم در آپارتمان است؛ چطور انرژی‌اش را تخلیه کنم؟
 پاسخ: ترکیبی از پیاده‌روی منظم بیرون، بازی‌های فکری و بویایی داخل خانه، و آموزش ترفند. سرگرمی ذهنی در فضای کوچک هم به‌خوبی سگ را خسته و راضی می‌کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: هر روز چقدر باید با سگم ورزش کنم؟
 پاسخ: بستگی به نژاد و سن دارد؛ از پیاده‌روی کوتاه برای نژادهای کم‌تحرک تا ورزش زیاد و متنوع برای نژادهای کاری. سگی که بعد از فعالیت آرام استراحت می‌کند، تعادل خوبی دارد.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: بازی کشاکش (طناب‌کشی) برای سگ بد است؟
 پاسخ: اگر با قانون انجام شود و سگ دستور رهاکردن را بلد باشد، اشکالی ندارد و حتی مفید است. مهم این است که بازی پرخاشگری واقعی را تحریک نکند و شما کنترل را حفظ کنید.

✓ همین امروز چه کنم؟

- سطح انرژی نژاد سگ‌تان را مشخص و یک برنامه ورزشی روزانه واقع‌بینانه بنویسید.
- امروز یک بازی بویایی ساده پنج‌دقیقه‌ای با سگ‌تان انجام دهید.
- یک اسباب‌بازی فکری یا پرشدنی تهیه کنید و بخشی از غذا را با آن بدهید.

بخش ۳

تربیت پایه؛ از صفر تا دستورهای اصلی

فصل

۱۱

اصول علمی یادگیری و تقویت رفتار

وقتی بدانید سگ چگونه یاد می‌گیرد، آموزش هر رفتاری ممکن می‌شود.

در این فصل می‌خوانید

- تقویت مثبت، منفی و تنبیه
- زمان‌بندی، نشانه‌گذار و کلیکر
- شکل‌دهی رفتار به صورت گام‌به‌گام
- حذف تدریجی تشویقی خوراکی

هر آموزشی، روی یک قانون ساده استوار است: رفتاری که نتیجه خوب بدهد، تکرار می‌شود؛ رفتاری که نتیجه‌ای نداشته باشد، کم‌رنگ می‌شود. وقتی این قانون را بفهمید، دیگر به «حقه» نیاز ندارید؛ خودتان می‌توانید هر رفتاری را آموزش دهید.

۱ سگ‌ها چگونه یاد می‌گیرند؟

سگ‌ها مثل ما با تجربه یاد می‌گیرند: رابطه میان کارهایشان و نتیجه آن کارها را کشف می‌کنند. اگر نشستن سگ به یک تکه غذا ختم شود، مغز او این پیوند را ثبت می‌کند و دفعه بعد بیشتر احتمال دارد بنشیند. اگر پارس کردن باعث شود شما به او توجه کنید، یاد می‌گیرد برای جلب توجه پارس کند. سگ خوب یا بد را شما، اغلب ندانسته، با همین نتیجه‌ها می‌سازید.

دو نوع یادگیری اصلی وجود دارد. در یکی، سگ یاد می‌گیرد دو چیز با هم می‌آیند (مثلا صدای باز شدن در یخچال یعنی غذا). در دیگری، سگ یاد می‌گیرد رفتارش چه نتیجه‌ای دارد (نشستن یعنی پاداش). در آموزش، بیشتر با نوع دوم سروکار داریم؛ یعنی با مدیریت نتیجه رفتار، رفتار را شکل می‌دهیم. کلید کار، فهم چهار حالت ساده است که در ادامه می‌بینیم.

تعریف: شرطی‌سازی

فرایندی که در آن سگ میان یک رفتار یا محرک، و یک نتیجه پیوند برقرار می‌کند. بیشتر آموزش‌ها در واقع شکل‌دهی آگاهانه همین پیوندهاست.

۲ چهار حالت پیامد رفتار

نتیجه هر رفتار می‌تواند یکی از این‌ها باشد: چیز خوبی اضافه شود، چیز خوبی برداشته شود، چیز ناخوشایندی اضافه شود، یا چیز ناخوشایندی برداشته شود. این چهار حالت، پایه علمی همه روش‌های آموزش‌اند. در این کتاب، تمرکز ما بر روش‌های مبتنی بر پاداش است، چون هم موثرترند و هم رابطه شما و سگ را خراب نمی‌کنند.

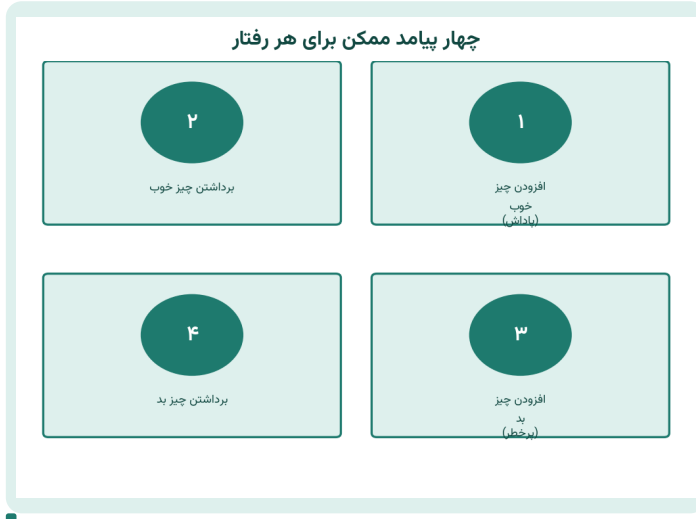
حالت	یعنی چه	مثال	اثر بر رفتار
پاداش مثبت	افزودن چیز خوب	غذا بعد از نشستن	تقویت
حذف خوشایند	برداشتن چیز خوب	قطع توجه هنگام پریدن	تضعیف
تنبيه با افزودن	افزودن چیز بد	تشر یا کشیدن قلاده	تضعیف، اما پرخطر
تنبيه با حذف	برداشتن چیز بد	—	کم کاربرد

★ نکته طلایی

در سراسر این کتاب، روش اصلی ما «پاداش مثبت» است: رفتار درست را پاداش بده تا بیشتر شود، و رفتار نادرست را بدون پاداش بگذار یا با مدیریت محیط جلوگیری کن تا کم‌رنگ شود. این روش، هم علمی است و هم مهربانانه.

! هشدار جدی

روش‌های مبتنی بر تنبيه و ترس (تشر زدن، کتک، وسایل آزاردهنده) ممکن است در کوتاه‌مدت رفتار را متوقف کنند، اما خطر ترس، پرخاشگری و خرابی رابطه را به همراه دارند و اغلب ریشه مشکل را حل نمی‌کنند. این کتاب چنین روش‌هایی را توصیه نمی‌کند.



شکل ۱۱-۱: چهار حالت پیامد رفتار؛ تمرکز ما بر گوشه اول است.

زمان‌بندی و نشانه موفقیت ۳

مهم‌ترین مهارت در آموزش، زمان‌بندی است. سگ رفتاری را با نتیجه پیوند می‌دهد که بلافاصله پس از آن بیاید. اگر سگ بنشیند و شما سه ثانیه بعد پاداش بدهید، ممکن است او فکر کند پاداش برای کاری بوده که در آن لحظه انجام می‌داده، نه برای نشستن. پاداش باید در همان لحظه درست برسد، وگرنه پیام اشتباه منتقل می‌شود.

چون همیشه نمی‌توان در کسری از ثانیه غذا را به دهان سگ رساند، از یک «نشانه» استفاده می‌کنیم: یک صدای کوتاه و ثابت که دقیقا در لحظه رفتار درست گفته می‌شود و یعنی «همین! حالا پاداش می‌آید». این نشانه می‌تواند یک کلمه کوتاه مثل «آفرین» یا صدای کلیکر باشد. نشانه مثل گرفتن عکس از لحظه درست عمل می‌کند.

تعریف: نشانه (مارکر)

یک صدای کوتاه و ثابت که دقیقا در لحظه رفتار درست داده می‌شود و به سگ می‌گوید همین رفتار، پاداش دارد. کلیکر یک نوع نشانه صوتی است.

تمرین پایه

شارژ کردن نشانه (اولین تمرین):

- نشانه را بگویید/کلیک کنید و بلافاصله یک تکه غذا بدهید.
- این کار را ۱۰ تا ۱۵ بار، بدون توقع هیچ رفتاری، تکرار کنید.
- حالا سگ یاد می‌گیرد: نشانه = غذا در راه است.
- از این پس، نشانه را فقط در لحظه رفتار درست به کار ببرید.

مثال واقعی

می‌خواهید به سگ یاد بدهید روی پتو برود. لحظه‌ای که چهار پنجه‌اش روی پتوست، بگویید «آفرین» (نشانه) و بعد غذا بدهید. زمان‌بندی دقیق آن «آفرین»، تفاوت میان یادگیری سریع و سردرگمی است.



شکل ۲-۱۱ هر تکرار آموزشی از این چهار گام تشکیل می‌شود.

۴ شکل‌دهی و هدایت رفتار

برای آموزش یک رفتار تازه، دو روش پرکاربرد داریم. در «هدایت»، با یک تکه غذا در دست، سگ را به سمت حالت دلخواه راهنمایی می‌کنیم؛ مثلاً غذا را بالای سر سگ می‌بریم تا برای دنبال‌کردنش بنشیند. در «شکل‌دهی»، رفتار را گام‌به‌گام و با پاداش دادن به تقریب‌های نزدیک‌تر می‌سازیم؛ یعنی اول هر تلاش کوچک را پاداش می‌دهیم و بعد معیار را کمی سخت‌تر می‌کنیم.

شکل‌دهی شبیه بازی «سرد و گرم» است: سگ رفتارهای مختلف را امتحان می‌کند و ما با نشانه

و پاداش به او می‌گوییم کدام جهت درست است. این روش، سگ را به فکرکردن و تلاش کردن تشویق می‌کند و برای رفتارهای پیچیده‌تر عالی است. صبر و گام‌های کوچک، راز موفقیت در شکل‌دهی است.

مثال واقعی

آموزش «دراز بکش» با هدایت: از حالت نشسته، یک تکه غذا را از جلوی بینی سگ آرام به سمت زمین و کمی جلو ببرید. سگ برای دنبال کردن غذا، بدنش را پایین می‌کشد. لحظه دراز کشیدن، نشانه بدهید و پاداش دهید.

نکته طلایی

اگر سگ یک گام را انجام نداد، یعنی گام را خیلی بزرگ برداشته‌اید. به گام قبلی ساده‌تر برگردید و معیار را کوچک‌تر کنید. در آموزش، تقصیر شکست همیشه با معلم است، نه شاگرد.

۵ از غذا تا زندگی واقعی: کم کردن تشویقی

نگرانی رایج این است که «اگر با غذا آموزش بدهم، سگ بدون غذا گوش نمی‌دهد». پاسخ در روش درست کم کردن تدریجی تشویقی است. در مراحل اول، هر رفتار درست را با غذا پاداش می‌دهیم تا یادگیری محکم شود. اما به تدریج، پاداش غذایی را نامنظم می‌کنیم: گاهی غذا، گاهی فقط تحسین و نوازش، گاهی یک بازی.

پاداش نامنظم در واقع رفتار را قوی‌تر می‌کند، چون سگ نمی‌داند کدام تکرار پاداش دارد و به همین دلیل پرتلاش‌تر می‌ماند - درست مثل جذابیت بازی‌هایی که نتیجه‌شان قطعی نیست. در گام بعد، پاداش‌ها را با چیزهای واقعی زندگی جایگزین می‌کنیم: نشستن قبل از بازکردن در، پاداشش بیرون رفتن است؛ آرام نشستن کنار میز، پاداشش توجه شماست. این‌گونه، رفتار خوب در زندگی روزمره تثبیت می‌شود.

مرحله	نوع پاداش	هدف
یادگیری اولیه	هر بار غذا	ساختن پیوند محکم
تثبیت	غذای نامنظم + تحسین	تقویت و پایداری

مرحله	نوع پاداش	هدف
زندگی واقعی	پاداش‌های طبیعی زندگی	رفتار بدون نیاز به غذا

❌ اشتباه رایج

اشتباه رایج: ناگهان قطع کردن کامل غذا بعد از چند روز. این کار رفتار تازه را که هنوز محکم نشده، تضعیف می‌کند. کم کردن تشویقی باید تدریجی و در طول هفته‌ها انجام شود، نه یک‌شبه.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا همیشه باید جیم پر از غذا باشد؟

پاسخ: نه. غذا ابزار مرحله یادگیری است. وقتی رفتار محکم شد، به پاداش نامنظم و سپس پاداش‌های طبیعی زندگی منتقل می‌شوید و دیگر به غذای دائمی نیاز ندارید.

۶ کلمه رهایی و خطاهای رایج زمان‌بندی

یک ابزار کوچک اما بسیار مفید در آموزش، «کلمه رهایی» است: یک کلمه ثابت (مثل «آزاد» یا «تمام») که به سگ می‌گوید رفتار فعلی تمام شده و او آزاد است. این کلمه به‌ویژه در دستورهای مثل «بمان» اهمیت دارد؛ بدون آن، سگ نمی‌داند تا کی باید در حالت بماند. کلمه رهایی به آموزش، وضوح و چارچوب می‌دهد و سگ را از سردرگمی نجات می‌دهد.

در کنار آن، آگاهی از خطاهای رایج زمان‌بندی، کیفیت آموزش را به شدت بالا می‌برد. رایج‌ترین خطاها عبارت‌اند از: دیر دادن پاداش (که باعث می‌شود سگ آن را به رفتار اشتباهی ربط دهد)، پاداش دادن هنگام هیجان به جای آرامش، و ناخواسته پاداش دادن به رفتار بد (مثلاً توجه کردن هنگام پارس). شناخت این خطاها به شما کمک می‌کند آن‌ها را در آموزش خودتان تشخیص دهید و اصلاح کنید.



شکل ۳-۱۱ کلمه رهایی، به سگ می‌گوید چه وقت دستور تمام شده است.

- یک کلمه رهایی ثابت انتخاب کنید و همه اعضای خانه همان را به کار ببرند.
- پاداش را در همان لحظه رفتار درست بدهید، نه چند ثانیه بعد.
- هنگام آرامش پاداش دهید، نه هنگام هیجان و پریدن.
- مراقب باشید ناخواسته رفتار بد را پاداش ندهید (مثلاً توجه هنگام پارس).
- اگر دیر متوجه شدید، آن تکرار را رها کنید و در تکرار بعدی زمان‌بندی را درست کنید.

اشتباه رایج ❌

یک خطای بسیار رایج: گفتن «بمان» و بعد فراموش کردن رها کردن سگ. سگ یا خودش بلند می‌شود (و یاد می‌گیرد دستور را جدی نگیرد) یا سردرگم می‌ماند. همیشه «بمان» را با کلمه رهایی تمام کنید.

نکته طلایی ★

زمان‌بندی درست، تفاوت میان آموزش سریع و سردرگمی طولانی است. نشانه و پاداش را دقیقاً در لحظه درست بدهید و دستورها را با کلمه رهایی ببندید.

چرا روش‌های قدیمی مبتنی بر زور شکست می‌خورند

شاید روش‌هایی شنیده باشید که بر «غلبه»، «نشان دادن چه کسی رئیس است» یا تنبیه تکیه

دارند. این روش‌ها که اغلب بر اساس باورهای قدیمی و نادرست درباره «سلسله‌مراتب گله» شکل گرفته‌اند، نه تنها موثر نیستند، بلکه می‌توانند زیان‌بار باشند. علم رفتار امروز نشان داده که رابطه سگ و انسان بر پایه «سلطه» بنا نمی‌شود، و سگ از روی «لجبازی» یا «تلاش برای رئیس‌شدن» نافرمانی نمی‌کند.

مشکل اصلی روش‌های مبتنی بر زور این است که با ترس کار می‌کنند. سگی که از روی ترس اطاعت می‌کند، یاد نمی‌گیرد رفتار درست چیست؛ فقط یاد می‌گیرد از تنبیه دوری کند. این کار اعتماد را از بین می‌برد، استرس می‌سازد و می‌تواند به ترس و حتی پرخاشگری منجر شود. در مقابل، روش‌های مبتنی بر پاداش، به سگ می‌آموزند که چه رفتاری درست است و چرا ارزش دارد - و این یادگیری، عمیق‌تر، پایدارتر و همراه با رابطه‌ای سالم است.

روش مبتنی بر پاداش در برابر روش مبتنی بر زور	
نادرست	درست
• کار با ترس و تنبیه	• آموزش رفتار درست
• تخریب اعتماد	• ساختن اعتماد و رابطه
• اطاعت سطحی از سر ترس	• یادگیری پایدار و عمیق
• خطر ترس و پرخاشگری	• سگ آرام و مشتاق

شکل ۴-۱۱ روش مبتنی بر پاداش، هم موثرتر است و هم رابطه را حفظ می‌کند.

★ نکته طلایی

سگ شما نمی‌خواهد «رئیس» شود؛ او می‌خواهد بداند از او چه انتظاری می‌رود و چه رفتاری پاداش می‌گیرد. آموزش مهربانانه، این را روشن و رابطه را محکم می‌کند.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « رفتاری که نتیجه خوب بدهد تکرار می‌شود؛ این پایه همه آموزش‌هاست.
- « روش اصلی ما پاداش مثبت است: تقویت رفتار درست به جای تنبیه رفتار بد.

- « زمان‌بندی حیاتی است؛ نشانه (مارکر) لحظه درست را علامت می‌زند.
- « هدایت و شکل‌دهی، دو راه ساختن رفتارهای تازه‌اند؛ گام‌ها را کوچک بگیرید.
- « تشویقی را تدریجی و نامنظم کم کنید تا رفتار بدون غذا هم پایدار بماند.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: کلیکر بخرم یا با کلمه کار کنم؟

پاسخ: هر دو خوب‌اند. کلیکر صدای ثابت و دقیقی دارد و برای آموزش‌های ظریف عالی است، اما یک کلمه کوتاه و ثابت مثل «آفرین» هم به‌خوبی کار می‌کند. مهم ثبات و زمان‌بندی است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم فقط وقتی غذا ببیند گوش می‌دهد؛ مشکل کجاست؟

پاسخ: احتمالاً غذا را به‌صورت رشوه از پیش نشان‌داده‌شده به‌کار برده‌اید. غذا باید پاداش بعد از رفتار باشد، نه طعمه قبل از آن. آن را در دست پنهان کنید و بعد از رفتار بدهید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: تنبیه هیچ‌وقت لازم نیست؟

پاسخ: برای آموزش رفتارهای تازه، خیر. مدیریت محیط (جلوگیری از فرصت اشتباه) و پاداش رفتار درست، تقریباً همیشه کافی و بسیار کم‌خطرتر از تنبیه است.

✓ همین امروز چه کنم؟

- یک نشانه انتخاب کنید (کلمه یا کلیکر) و امروز ۱۵ بار آن را «شارژ» کنید.
- یک رفتار ساده را با روش هدایت و زمان‌بندی درست نشانه آموزش دهید.
- برای یکی از رفتارهای آموخته‌شده، برنامه کم‌کردن تدریجی غذا را شروع کنید.

فصل

۱۲

اجتماعی سازی سگ

پنجره طلایی اجتماعی سازی کوتاه است؛ از دستش ندهید.

در این فصل می خوانید

- دوره حساس اجتماعی سازی
- آشنا کردن با آدم ها، صداها و محیط ها
- برخورد درست با سگ ها و حیوانات دیگر
- جبران اجتماعی سازی از دست رفته

اجتماعی سازی یعنی به سگ کمک کنیم دنیا را بشناسد و از آن نترسد. سگی که در ماه های اول با آدم ها، صداها، حیوان ها و محیط های گوناگون به شکل مثبت آشنا شود، در بزرگ سالی سگی آرام، اعتماد به نفس دار و کم دردسر خواهد بود.

۱ اجتماعی سازی چیست و چرا حیاتی است؟

اجتماعی سازی فقط «بازی با سگ های دیگر» نیست. اجتماعی سازی یعنی آشنا کردن تدریجی و مثبت سگ با همه چیزهایی که در زندگی با آن ها روبه رو خواهد شد: انسان های گوناگون، کودکان، صدا های شهر، وسایل نقلیه، سطوح مختلف زیر پا، حیوان های دیگر و موقعیت های تازه. هدف این است که سگ یاد بگیرد این چیزها عادی و بی خطرند.

سگی که خوب اجتماعی نشده، ممکن است در بزرگ سالی از چیزهای ساده بترسد و ترس، ریشه بسیاری از پر خاشگری ها و مشکلات رفتاری است. سگ ترسیده یا فرار می کند یا حمله می کند. برعکس، سگ خوب اجتماعی شده با دنیا راحت است، استرس کمتری دارد و زندگی برای او و شما آسان تر است. به همین دلیل، اجتماعی سازی شاید مهم ترین سرمایه گذاری روی آینده رفتاری سگ باشد.

★ نکته طلایی

اجتماعی سازی، واکسن رفتاری سگ است. همان قدر که واکسن از بیماری جسمی پیشگیری می کند، اجتماعی سازی درست از مشکلات رفتاری آینده پیشگیری می کند.

۲ پنجره طلایی اجتماعی سازی

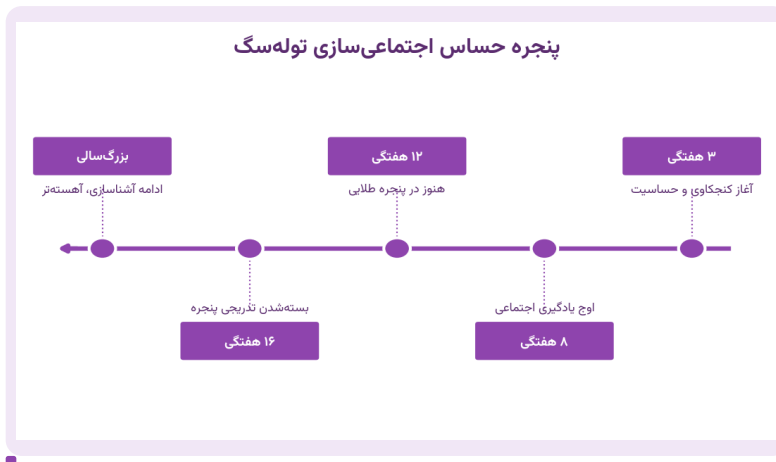
توله سگ ها یک دوره حساس دارند - تقریباً از سه هفتگی تا حدود سه تا چهار ماهگی - که در آن ذهنشان برای پذیرش تجربه های تازه بازترین حالت را دارد. آنچه در این دوره به شکل مثبت تجربه شود، احتمالاً برای همیشه عادی تلقی می شود. این «پنجره طلایی» فرصتی است که نباید از دست برود.

نکته ظریف اینجاست: این دوره تا حدی با دوره کامل شدن واکسن ها هم پوشانی دارد. راه حل، توقف اجتماعی سازی نیست؛ بلکه اجتماعی سازی ایمن است: آشنا کردن توله با صداها و آدم ها در

خانه، دیدار با سگ‌های سالم و واکسینه آشنا، و گردش در محیط‌های کم‌خطر. تعادل میان ایمنی بهداشتی و فرصت اجتماعی‌سازی را با مشورت دامپزشک پیدا کنید.

هشدار جدی !

اگر اجتماعی‌سازی را تا کامل‌شدن همه واکسن‌ها (حدود چهارماهگی) کاملاً متوقف کنید، ممکن است پنجره طلایی را از دست بدهید. به‌جای توقف کامل، روی تجربه‌های کم‌خطر تمرکز کنید و با دامپزشک مشورت نمایید.



شکل ۱-۱۲: پنجره طلایی اجتماعی‌سازی و ادامه آن در بزرگسالی (تقریبی).

۳ سگ را با چه چیزهایی آشنا کنیم؟

یک فهرست گسترده از تجربه‌ها را در نظر بگیرید و آن‌ها را به تدریج و مثبت به سگ معرفی کنید. هدف، کیفیت تجربه است نه فقط تعداد: هر برخورد باید آرام، کوتاه و همراه با احساس خوب (غذا، بازی، تحسین) باشد. یک تجربه بد و ترسناک می‌تواند اثری منفی و ماندگار بگذارد، پس هرگز سگ را به‌زور در موقعیت ترسناک قرار ندهید.

۱. انسان‌های گوناگون: مرد، زن، کودک، افراد با کلاه، چتر، عینک، صندلی چرخدار.
۲. صداها: جاروبرقی، زنگ در، بوق ماشین، رعدوبرق (با صدای ملایم شروع کنید).
۳. سطوح زیر پا: کاشی، فرش، چمن، شن، سطوح فلزی و لغزنده.
۴. محیط‌ها: خیابان آرام، پارک، آسانسور، ماشین، دامپزشکی (بازدید مثبت).
۵. حیوان‌های دیگر: سگ‌های سالم و آرام، و در صورت امکان گربه با فاصله و کنترل.

۶. تجربه های مراقبتی: لمس پنجه، گوش، دهان، برس و حمل، تا بعدا راحت باشد.

♦ مثال واقعی

«بازدید مثبت از دامپزشکی»: گاهی سگ را فقط برای یک سلام و چند تکه غذا به کلینیک ببرید، بدون اینکه معاینه یا واکسنی در کار باشد. این گونه، کلینیک برای سگ جای ترسناکی نمی شود.

◀ گام به گام

روش معرفی یک محرک تازه:

- محرک را از فاصله یا با شدت کم ارائه کنید (مثلا صدای آرام).
- همزمان به سگ غذا یا تشویقی بدهید تا حس خوب بسازید.
- اگر سگ آرام بود، فاصله را کم یا شدت را کمی بیشتر کنید.
- اگر ترسید، عقب بروید و آهسته تر پیش بروید؛ هرگز اجبار نکنید.

۴ معاشرت با سگ های دیگر

معاشرت با سگ های دیگر بخش مهمی از اجتماعی سازی است، اما کیفیت آن از کمیت مهم تر است. یک تجربه مثبت با یک سگ آرام و دوستانه، ارزشمندتر از انداختن سگ در میان جمعی پرهیاهو از سگ های ناشناس است. سگ بازی سالم، نوبتی و دوطرفه است: هر دو سگ گاهی تعقیب می کنند و گاهی تعقیب می شوند، و بین بازی مکث می کنند.

یاد بگیرید نشانه های زبان بدن را بخوانید (در فصل زبان بدن مفصل گفتیم): بدن شل و حرکات نرم یعنی بازی سالم؛ بدن خشک، خیره شدن ممتد، مو سیخ شده یا تلاش مداوم یک سگ برای فرار، یعنی باید مداخله کنید. مداخله آرام و به موقع، از تبدیل تنش به دعوا جلوگیری می کند.

نشانه	بازی سالم	هشدار / توقف
بدن	شل و فتری	خشک و منجمد
توالی	نوبتی و دوطرفه	یک طرفه و مداوم
مکث	مکث های کوتاه دارد	بدون مکث، رو به تشدید

نشانه	بازی سالم	هشدار / توقف
صدا	غرش بازیگوشانه	غرش عمیق و تهدیدآمیز

هشدار جدی !

اگر یکی از سگ‌ها مدام سعی می‌کند فرار کند یا پشت صاحبش پنهان شود، بازی برای او خوشایند نیست. سگ‌ها را با فاصله جدا کنید و فشار نیاورید. تجربه ترسناک با سگ دیگر می‌تواند به ترس یا پرخاشگری آینده منجر شود.

بازی سالم در برابر تعامل پرخطر

نادرست	درست
- یک سگ مدام فرار می‌کند - خیره شدن ممتد - بدن منجمد و سفت - بدون مکث و رو به تشدید	- بدن‌ها شل و نرم - تعقیب نوبتی - مکث‌های کوتاه - هر دو سگ برمی‌گردند برای ادامه

شکل ۲-۱۲ تشخیص بازی سالم از تعامل پرخطر میان سگ‌ها.

۵ اگر دوران طلایی گذشته باشد

اگر سگی بزرگ‌سال دارید که خوب اجتماعی نشده، ناامید نشوید. هرچند پنجره طلایی گذشته، سگ‌ها در هر سنی قابلیت یادگیری دارند؛ فقط فرایند آهسته‌تر و نیازمند صبر بیشتری است. کلید کار، حساسیت‌زدایی تدریجی و شرطی‌سازی مثبت است: محرک ترسناک را از فاصله امن و با شدت کم ارائه کنید و آن را با چیزهای خوب همراه کنید.

هرگز سگ ترسیده را به‌زور در دل موقعیت ترسناک نیندازید (این کار اغلب ترس را بدتر می‌کند). به‌جای آن، در فاصله‌ای کار کنید که سگ هنوز آرام است و به‌تدریج نزدیک‌تر شوید. اگر ترس یا پرخاشگری شدید است، حتماً از یک مربی یا متخصص رفتار کمک بگیرید؛ این موضوع را در فصل ترس و پرخاشگری کامل‌تر می‌بینیم.

☆ نکته طلایی

شعار اجتماعی سازی سگ بزرگسال: «دور، آرام، مثبت». از فاصله ای شروع کنید که سگ راحت است، آرامش را حفظ کنید و هر گام را با تجربه خوب همراه سازید. عجله، بزرگترین دشمن این مسیر است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگ بالغ بدقلق را می شود اجتماعی کرد؟

پاسخ: بله، اما آهسته تر. با حساسیت زدایی تدریجی و پاداش مثبت می توان بسیاری از ترس ها را کاهش داد. در موارد شدید، کمک گرفتن از متخصص رفتار ضروری است.

۶ اجتماعی سازی با کودکان و محیط شهری

دو حوزه مهم در اجتماعی سازی که شایسته توجه ویژه اند، آشنایی با کودکان و با محیط شهری است. کودکان برای سگ ها متفاوت از بزرگسالان اند: حرکات تند و غیرقابل پیش بینی، صدای بلند و رفتار هیجانی دارند. سگی که از توله گی به شکل مثبت با کودکان (تحت نظارت) آشنا شده، در بزرگسالی با آن ها راحت تر است. این آشنایی باید آرام، کوتاه و همیشه زیر نظر بزرگسال باشد.

محیط شهری هم پر از محرک هایی است که سگ باید با آن ها کنار بیاید: ترافیک، بوق، جمعیت، موتورسیکلت، آسانسور و سطوح گوناگون. آشنایی تدریجی و مثبت با این محرک ها از فاصله امن، به سگ کمک می کند در زندگی شهری آرام بماند. به یاد داشته باشید که هدف، تجربه مثبت است؛ اگر سگ از محرکی ترسید، فاصله را بیشتر کنید و آهسته تر پیش بروید، نه اینکه او را به زور در دل محرک قرار دهید.



شکل ۳-۱۲ زندگی شهری محرك‌های زیادی دارد؛ آشنایی تدریجی و مثبت، کلید آرامش است.

- آشنایی با کودکان را آرام، کوتاه و همیشه زیر نظر بزرگسال انجام دهید.
- به کودکان هم بیاموزید که چگونه با احترام و آرام با سگ رفتار کنند.
- محرك‌های شهری را از فاصله امن و همراه با تجربه خوب معرفی کنید.
- اگر سگ ترسید، فاصله را بیشتر و روند را آهسته‌تر کنید؛ هرگز اجبار نکنید.
- بازدیدهای کوتاه و مثبت، بهتر از مواجهه طولانی و پرفشار است.

هشدار جدی !

هرگز کودک و سگ را - حتی در جریان اجتماعی سازی - بدون نظارت کامل بزرگسال تنها نگذارید. ایمنی کودک و تجربه مثبت سگ، هر دو به نظارت دقیق بستگی دارند.

نکته طلایی ★

سگی که در محیط شهری و با کودکان به شکل مثبت اجتماعی شده، در بزرگسالی همدمی آرام‌تر و کم‌استرس‌تر است. این سرمایه‌گذاری در ماه‌های اول، عمری نتیجه می‌دهد.

ترس‌های دوره رشد و عبور از آن‌ها

در جریان رشد، بسیاری از توله‌ها و سگ‌های جوان دوره‌هایی را تجربه می‌کنند که در آن‌ها به‌طور

موقت ترسوتر یا محتاط تر می شوند - حتی نسبت به چیزهایی که قبلاً با آنها راحت بودند. این «دوره های ترس» بخشی طبیعی از رشد است و نباید نگران کننده تلقی شود، اما نحوه برخورد شما با آنها مهم است. واکنش درست می تواند به سگ کمک کند با اطمینان از این دوره عبور کند؛ واکنش نادرست می تواند ترس را تثبیت کند.

در این دوره ها، سگ را به زور با چیزی که از آن می ترسد روبه رو نکنید و او را برای ترسیدن سرزنش نکنید. در عوض، آرامش خود را حفظ کنید، فاصله بگیرید و اجازه دهید سگ با ریتم خودش و از فاصله امن دوباره اطمینان پیدا کند. می توانید محرک ترسناک را با تجربه های خوب (غذا، بازی) پیوند بزنید. مهم است که خودتان هم آرام و عادی رفتار کنید؛ اگر شما هم مضطرب شوید، سگ آن را به عنوان تأیید خطر می بیند.

- دوره های ترس در رشد طبیعی اند و معمولاً موقتی.
- سگ را به زور با محرک ترسناک روبه رو نکنید و برای ترس سرزنش نکنید.
- فاصله بگیرید و اجازه دهید سگ با ریتم خودش اطمینان پیدا کند.
- محرک را از فاصله امن با تجربه های خوب پیوند بزنید.
- خودتان آرام بمانید؛ اضطراب شما به سگ منتقل می شود.

نکته

اگر ترس سگ شدید، طولانی یا رو به بدتر شدن است و در زندگی روزمره اختلال ایجاد می کند، فراتر از یک دوره رشد طبیعی است؛ با دامپزشک یا متخصص رفتار مشورت کنید.

نکته طلایی

در دوره ترس، نقش شما لنگر آرامش است. با حفظ خونسردی و بدون اجبار، به سگ نشان می دهید که جای نگرانی نیست - و او با اطمینان عبور می کند.

جمع بندی فصل

مهم ترین نکته هایی که در این فصل آموختیم:

- « اجتماعی سازی یعنی آشنا کردن مثبت سگ با آدم ها، صداها، محیط ها و حیوان ها.
- « پنجره طلایی تا حدود سه چهار ماهگی است؛ اما در ایمنی بهداشتی هم باید کوشید.
- « کیفیت هر تجربه از تعداد مهم تر است؛ هر برخورد باید آرام و مثبت باشد.

- « در سگ بازی، نشانه های زبان بدن را بخوانید و به موقع مداخله کنید.
- « سگ بزرگسال هم قابل اجتماعی شدن است، فقط آهسته تر و با صبر بیشتر.

پرسش های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم هنوز همه واکنش ها را نزده؛ اجتماعی سازی را شروع کنم؟
 پاسخ: بله، اما به شکل ایمن: آشناسازی با صداها و آدم ها در خانه، و دیدار با سگ های سالم و واکنشینه آشنا. تعادل را با مشورت دامپزشک پیدا کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: هرچه سگ بیشتری ببیند بهتر است؟
 پاسخ: نه لزوما. یک تجربه بد می تواند زیان بارتر از نبود تجربه باشد. چند تعامل آرام و مثبت، ارزشمندتر از انبوهی برخورد پرتنش است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم از صدای خاصی می ترسد؛ چه کنم؟
 پاسخ: حساسیت زدایی تدریجی: صدا را بسیار آرام پخش کنید و همزمان غذا بدهید، سپس به مرور بلندتر کنید. اگر ترس شدید است، از متخصص کمک بگیرید.

✓ همین امروز چه کنم؟

- یک فهرست از تجربه هایی که سگتان باید با آنها آشنا شود تهیه کنید.
- امروز یک محرک تازه را با روش «دور، آرام، مثبت» معرفی کنید.
- یک دیدار آرام و کوتاه با یک سگ سالم و دوستانه برنامه ریزی کنید.

فصل

۱۳

آموزش توالی

پرتکرارترین دغدغه صاحبان سگ، با یک برنامه منظم کاملاً حل می‌شود.

در این فصل می‌خوانید

- اصول طلایی آموزش توالی
- برنامه زمانی و مکان ثابت
- آموزش در آپارتمان و پد توالی
- مدیریت خطاها و پاک‌سازی درست

آموزش توالث، اولین آزمون بزرگ زندگی مشترک شما و سگ است. خبر خوب این است که با یک برنامه منظم، نظارت دقیق و پاداش به موقع، بیشتر سگ‌ها این مهارت را نسبتاً سریع یاد می‌گیرند. راز کار، پیش‌گیری از اشتباه است، نه تنبیه آن.

۱ اصل کلی آموزش توالث

سگ‌ها به‌طور طبیعی تمایل دارند جایی که می‌خواهند و غذا می‌خورند را تمیز نگه دارند. ما از همین غریزه استفاده می‌کنیم: به سگ کمک می‌کنیم یاد بگیرد کجا دستشویی کند و آن رفتار را پاداش می‌دهیم. کل فرایند بر سه ستون استوار است: برنامه منظم (تا بدانیم چه وقت سگ نیاز دارد)، نظارت دقیق (تا اشتباه رخ ندهد) و پاداش فوری در محل درست (تا رفتار درست تقویت شود).

مهم‌ترین تغییر نگرش این است: هدف ما «گرفتن سگ هنگام اشتباه» نیست، بلکه «نبودن فرصت برای اشتباه» است. هر بار که سگ جای نادرست دستشویی کند، آن رفتار کمی تقویت می‌شود؛ پس هرچه اشتباه کمتر اتفاق بیفتد، یادگیری سریع‌تر است. به همین دلیل نظارت و پیش‌گیری، قلب این فصل‌اند.

☆ نکته طلایی

قانون طلایی: رفتار درست را پاداش بده، اشتباه را پیش‌گیری کن. تنبیه پس از اشتباه نه تنها کمکی نمی‌کند، بلکه اغلب اوضاع را بدتر می‌کند.

۲ چرا تنبیه جواب نمی‌دهد؟

شاید شنیده باشید که باید سگ را هنگام اشتباه دعوا کرد یا پوزه‌اش را به محل دستشویی مالید. این روش‌ها نه تنها بی‌اثرند، بلکه زیان‌بارند. سگ ارتباط میان تنبیه شما و کاری که چند لحظه پیش کرده را درک نمی‌کند؛ او فقط یاد می‌گیرد که حضور شما خطرناک است. نتیجه این می‌شود که سگ یاد می‌گیرد جلوی شما دستشویی نکند و پنهانی، در گوشه‌ای دور، این کار را انجام دهد - که آموزش را بسیار سخت‌تر می‌کند.

اگر سگ را در حال اشتباه دیدید، تنها کار درست این است که با یک صدای ملایم توجهش را

جلب کنید (نه تشر بلند و ترساننده)، او را سریع به محل درست ببرید و اگر آنجا ادامه داد، پاداش بدهید. اگر اشتباه قبلا رخ داده و تمام شده، فقط بی‌سروصدا تمیزش کنید و چیزی نگویید؛ دعواکردن سگ بابت لکه خشک‌شده کاملاً بی‌فایده است.

اشتباه رایج ❌

مالیدن پوزه سگ به ادرار، تشر زدن بلند یا تنبیه بدنی: این کارها سگ را می‌ترسانند، رابطه را خراب می‌کنند و باعث می‌شوند سگ پنهانی دستشویی کند. هیچ‌کدام به آموزش توالت کمک نمی‌کنند.

هشدار جدی !

برای تمیزکردن محل اشتباه، از شوینده مخصوص حذف بوی آنزیمی استفاده کنید، نه موادی با پایه آمونیاک. بوی باقی‌مانده (که بینی قوی سگ آن را حس می‌کند) سگ را به دستشویی دوباره در همان نقطه تشویق می‌کند.

۳ برنامه زمانی: کلید موفقیت

توله‌سگ‌ها مثانه کوچکی دارند و نمی‌توانند مدت زیادی خودداری کنند. یک قاعده تقریبی می‌گوید توله‌سگ به ازای هر ماه سن، حدود همان تعداد ساعت می‌تواند خودداری کند (مثلاً توله دوماهه حدود دو ساعت)، البته این فقط یک تخمین است و در عمل باید فرصت‌های بیشتری بدهید. زمان‌های پرخطر که سگ تقریباً حتماً نیاز دارد را بشناسید و پیش‌دستی کنید.

■ زمان‌های طلایی برای بردن سگ به محل دستشویی

- بلافاصله پس از بیدارشدن از خواب (صبح و بعد از هر چرت).
- چند دقیقه پس از هر وعده غذا و نوشیدن آب.
- بعد از هر بازی یا هیجان.
- پیش از خواب شب و در فاصله‌های منظم در طول روز.
- هر بار که نشانه‌های نیاز را دیدید (بو کشیدن زمین، چرخیدن، بی‌قراری).

♦ مثال واقعی

یک نمونه از نشانه‌های نیاز: سگ ناگهان بازی را رها می‌کند، شروع به بو کشیدن زمین و چرخیدن دور خودش می‌کند یا به سمت در می‌رود. این یعنی «همین حالا!»؛ فوراً او را به محل درست ببرید.

● نکته

بردن منظم بر اساس ساعت، بهتر از انتظار برای دیدن نشانه‌هاست؛ چون وقتی نشانه ظاهر شد، گاهی دیگر دیر است. ساعت‌شماری منظم در روزهای اول، بیشترین تأثیر را دارد.



شکل ۱-۱۳: چرخه منظمی که آموزش توالی را سریع می‌کند.

۴ روش گام‌به‌گام

حالا اجزای کار را کنار هم می‌گذاریم. این روش برای هم سگ حیاطی (دستشویی در فضای باز) و هم سگ آپارتمانی (با تطبیق محل) کار می‌کند. ثبات و تکرار، رمز موفقیت است؛ همه اعضای خانه باید یک روش و یک محل را دنبال کنند.

۱. یک محل ثابت برای دستشویی انتخاب کنید و هر بار سگ را به همان جا ببرید.
۲. در زمان های طلایی، سگ را با قلاده یا در آغوش، مستقیم به آن محل ببرید.
۳. آنجا آرام بایستید و به سگ فرصت دهید؛ صحبت یا بازی زیاد نکنید تا حواسش پرت نشود.
۴. لحظه ای که کار را انجام داد، با نشانه («آفرین») و سپس غذا و تحسین گرم پاداش دهید.
۵. اگر بعد از چند دقیقه کاری نکرد، به خانه برگردید، چند دقیقه زیر نظر بگیرید و دوباره ببرید.
۶. بین نوبت ها، یا سگ را زیر نظر کامل بگیرید یا در فضای امن و کوچک نگه دارید.

☆ نکته طلایی

پاداش را در همان محل و بلافاصله بدهید، نه بعد از برگشتن به خانه. اگر پاداش را به داخل خانه موکول کنید، سگ یاد می گیرد برای برگشتن به خانه عجله کند، نه برای دستشویی در محل درست.

◀ تمرین پیشرفته

اضافه کردن یک «فرمان» دستشویی:

- درست وقتی سگ مشغول کار است، یک کلمه ثابت و آرام بگویید (مثلا «جیش»).
- بعد از پایان، پاداش بدهید.
- با تکرار، سگ آن کلمه را با عمل پیوند می دهد.
- بعدها می توانید با گفتن آن کلمه، سگ را به دستشویی در زمان دلخواه تشویق کنید.

۵ آموزش توالت در آپارتمان

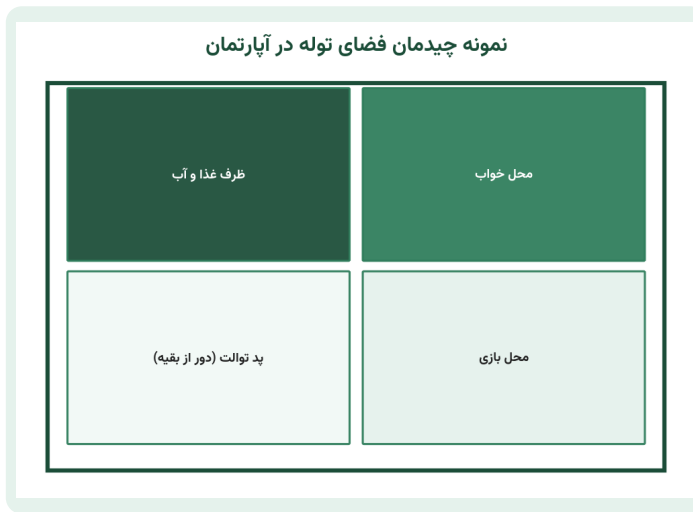
اگر در آپارتمان زندگی می کنید و دسترسی فوری به فضای باز ندارید، یا توله سگ هنوز واکسن کامل ندارد، می توانید از پد توالت یا یک سینی مخصوص در محل ثابت استفاده کنید. روش، همان روش بالاست، فقط «محل درست» به جای حیاط، پد توالت است. یک نقطه ثابت و دور از محل غذا و خواب سگ انتخاب کنید.

اگر هدف نهایی این است که سگ بیرون دستشویی کند، می توانید به تدریج پد را به سمت در خروجی و سپس بیرون منتقل کنید، یا پس از کامل شدن واکسن ها، به مرور برنامه بیرون بردن را جایگزین کنید. در آپارتمان، تمیزی و تعویض منظم پد اهمیت زیادی دارد تا هم بهداشت رعایت شود و هم سگ از محل کثیف بیزار نشود.

موقعیت	محل درست	نکته کلیدی
خانه حیاطدار	نقطه ثابت در حیاط	بردن منظم و پاداش در محل
آپارتمان	پد/سینی در محل ثابت	دور از غذا و خواب، تعویض مرتب
گذار به بیرون	جابه‌جایی تدریجی پد	صبر و تغییر آهسته

! هشدار جدی

پد توالیت را نزدیک ظرف غذا و آب یا جای خواب سگ نگذارید؛ سگ به‌طور غریزی نمی‌خواهد نزدیک محل غذا و خوابش دستشویی کند و این کار او را سردرگم می‌کند.



شکل ۲-۱۳ محل دستشویی را دور از خواب و غذا قرار دهید.

۶ پسرقتها و مشکلات رایج

آموزش توالیت همیشه خطی پیش نمی‌رود؛ پسرقت طبیعی است. گاهی سگی که خوب یاد گرفته بود، دوباره اشتباه می‌کند. دلایل رایج عبارت‌اند از تغییر برنامه، استرس، تغییر محیط، یا آزادی زودهنگام و بیش‌ازحد. در این موارد، به اصول برگردید: نظارت بیشتر، برنامه منظم‌تر و پاداش

دوباره.

اما گاهی مشکل، پزشکی است نه آموزشی. عفونت ادراری و برخی مشکلات گوارشی می‌توانند باعث شوند سگ نتواند خودداری کند یا مکرر دستشویی کند. اگر سگی که کاملاً آموزش دیده ناگهان و بدون دلیل رفتاری دچار بی‌اختیاری شد، یا نشانه درد هنگام دفع داشت، پیش از هر چیز به دامپزشک مراجعه کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم یاد گرفته بود، اما حالا دوباره اشتباه می‌کند؛ چرا؟
پاسخ: ابتدا علت پزشکی (مثل عفونت ادراری) را با دامپزشک رد کنید. اگر مشکل پزشکی نبود، احتمالاً آزادی زودهنگام یا تغییر برنامه دلیل آن است؛ به نظارت و برنامه منظم برگردید.

✗ اشتباه رایج

اشتباه رایج: دادن آزادی کامل خانه به سگ خیلی زود. تا وقتی توالت کاملاً جا نیفتاده، آزادی بی‌نظارت در خانه فرصت اشتباه می‌سازد. آزادی را تدریجی و پله‌پله بیشتر کنید.

۷ توالت در شرایط سخت: سرما، باران و شب

آموزش توالت در شرایط ایده‌آل یک چیز است و در شرایط سخت، چیز دیگر. در روزهای سرد یا بارانی، بسیاری از سگ‌ها (و صاحبانشان) تمایل کمتری به بیرون رفتن دارند و همین می‌تواند روند آموزش را مختل کند. اما ثبات، حتی در شرایط ناخوشایند، حیاتی است. اگر چند روز برنامه را رها کنید، ممکن است پیشرفت قبلی از دست برود. در این شرایط، کوتاه‌کردن زمان بیرون و پاداش سریع کمک می‌کند.

شب‌ها هم چالش خاص خود را دارند، به‌ویژه برای توله‌ها که مثانه کوچکی دارند و نمی‌توانند تا صبح خودداری کنند. در ماه‌های اول، ممکن است به یک یا دو نوبت بردن شبانه نیاز باشد. این نوبت‌ها را آرام و بدون بازی و هیجان انجام دهید تا سگ یاد بگیرد شب، زمان دستشویی و برگشتن به خواب است، نه زمان بازی. با بزرگ‌تر شدن مثانه، این نیاز کم می‌شود.



شکل ۳-۱۳ ثبات در شرایط سخت، از پسرقت در آموزش توالیت جلوگیری می‌کند.

- در هوای بد، زمان بیرون را کوتاه کنید اما برنامه را رها نکنید.
- پاداش را سریع بدهید تا سگ در سرما یا باران معطل نماند.
- برای توله، نوبت‌های شبانه را آرام و بدون بازی انجام دهید.
- اگر در آپارتمان پد توالیت دارید، در شرایط سخت می‌تواند گزینه کمکی باشد.
- چند روز رهاکردن برنامه می‌تواند پیشرفت قبلی را خنثی کند؛ ثبات را حفظ کنید.

نکته

اگر سگ آموزش‌دیده در هوای سرد یا بارانی ناگهان از بیرون رفتن امتناع می‌کند یا نشانه درد دارد، ممکن است مشکل جسمی (مثل درد مفاصل در سرما) داشته باشد؛ با دامپزشک مشورت کنید.

نکته طلایی

آموزش توالیت در شرایط سخت آزمون ثبات شماست. چند روز مدارا و نظم بیشتر در هوای بد، از هفته‌ها پسرقت جلوگیری می‌کند.

از پد توالیت تا بیرون: گذار تدریجی

اگر توله را در آپارتمان با پد توالیت آموزش داده‌اید اما هدف نهایی این است که او بیرون دستشویی کند، به یک مرحله گذار نیاز دارید. این گذار باید تدریجی باشد؛ تغییر ناگهانی می‌تواند سگ را سردرگم کند و به اشتباه‌های بیشتر منجر شود. صبر و ثبات، مثل همیشه، کلید موفقیت است. این مرحله معمولاً پس از کامل‌شدن واکسن‌ها و آمادگی سگ برای رفتن به فضای باز آغاز می‌شود.

یک روش رایج، جابه‌جایی تدریجی پد به سمت در خروجی و سپس بیرون است: پد را هر چند روز کمی به در نزدیک‌تر کنید، تا سرانجام به بیرون از خانه برسد. هم‌زمان، برنامه بیرون‌بردن منظم (در زمان‌های طلایی) را تقویت کنید و دستشویی در بیرون را با پاداش فوری جشن بگیرید. به‌مرور، سگ یاد می‌گیرد که محل درست، بیرون است. در این دوره ممکن است چند اشتباه رخ دهد؛ این طبیعی است و با ثبات برطرف می‌شود.



شکل ۴-۱۳ گذار از پد به بیرون را تدریجی و با پاداش انجام دهید.

نکته طلایی ★

گذار از پد به بیرون، یک ماراتن کوتاه است نه یک پرش. با جابه‌جایی تدریجی و پاداش دستشویی بیرون، سگ به آرامی به هدف می‌رسد.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « آموزش توالی بر سه ستون است: برنامه منظم، نظارت دقیق و پاداش فوری.
- « هدف، پیش‌گیری از اشتباه است نه تنبیه آن؛ تنبیه اوضاع را بدتر می‌کند.
- « زمان‌های طلایی (بعد از خواب، غذا و بازی) را بشناسید و پیش‌دستی کنید.
- « در آپارتمان، پد را در نقطه ثابت و دور از غذا و خواب قرار دهید.
- « پسرقت طبیعی است؛ اما بی‌اختیاری ناگهانی را اول با دامپزشک بررسی کنید.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آموزش توالی چقدر طول می‌کشد؟

پاسخ: بستگی به سن، نژاد و ثبات شما دارد. با برنامه منظم، بسیاری از سگ‌ها در چند هفته پیشرفت چشمگیری می‌کنند، اما تثبیت کامل ممکن است ماه‌ها طول بکشد. صبر داشته باشید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: شب‌ها هم باید سگ را ببرم؟

پاسخ: توله‌های کوچک معمولاً شب نمی‌توانند تا صبح خودداری کنند و به یک یا دو نوبت بردن شبانه نیاز دارند. با بزرگ‌تر شدن مثانه، این نیاز کم می‌شود.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم جلوی من دستشویی نمی‌کند؛ چرا؟

پاسخ: این معمولاً نشانه تنبیه قبلی است؛ سگ یاد گرفته حضور شما هنگام دستشویی خطرناک است. تنبیه را کنار بگذارید و فقط رفتار درست را با آرامش پاداش دهید تا اعتماد برگردد.

✓ همین امروز چه کنم؟

- یک محل ثابت دستشویی و یک برنامه زمانی روزانه برای سگ‌تان تعیین کنید.
- یک شوینده حذف بوی آنزیمی برای تمیزکردن اشتباه‌ها تهیه کنید.
- از امروز، پاداش را بلافاصله و در همان محل درست بدهید، نه بعد.

فصل

۱۴

عادت به قلاده، بند، جا و کنل

اگر این پایه‌ها درست جا بیفتد، بقیه تربیت بسیار ساده‌تر می‌شود.

در این فصل می‌خوانید

- عادت‌دادن تدریجی به قلاده و بند
- آموزش مثبت کنل و جای اختصاصی
- تنها ماندن آرام در خانه
- خطاهای رایج در این مرحله

قبل از آموزش دستورها، سگ باید با ابزارها و فضاهای زندگی‌اش راحت شود: قلاده و بند، یک جای امن و آرام، و توانایی تنها ماندن بدون اضطراب. این فصل، پایه‌های راحتی و امنیت سگ را می‌سازد.

۱ عادت به قلاده و بند

برای سگی که تا به حال قلاده نبسته، این وسیله می‌تواند عجیب و حتی ترسناک باشد. هدف ما این است که قلاده و بند را به چیزی خوشایند پیوند بزنیم، نه چیزی که به‌زور تحمیل می‌شود. از همان ابتدا با حوصله پیش بروید تا سگ قلاده را نشانه اتفاق‌های خوب (گردش، بازی) بداند.

در انتخاب وسیله، برای بسیاری از سگ‌ها - به‌ویژه نژادهای کوچک یا سگ‌هایی که می‌کشند - بند قفسه‌سینه (هارنس) فشار کمتری به گردن وارد می‌کند و گزینه ملایم‌تری است. از وسایل آزاردهنده مانند قلاده‌های خاردار یا خفه‌کن پرهیز کنید؛ این‌ها درد ایجاد می‌کنند و خطر ترس و پرخاشگری را بالا می‌برند.

گام به گام

عادت‌دادن تدریجی به قلاده:

- قلاده را کنار سگ بگذارید و هنگام بوکشیدن آن، غذا بدهید.
- قلاده را برای چند ثانیه ببندید و بلافاصله غذا و تحسین بدهید، سپس باز کنید.
- مدت بستن را کم‌کم بیشتر کنید و با بازی یا غذا همراه سازید.
- وقتی با قلاده راحت بود، بند را وصل کنید و بگذارید چند دقیقه در خانه با آن راه برود.

هشدار جدی !

از قلاده‌های خاردار، خفه‌کن و وسایل شوک‌دهنده استفاده نکنید. این ابزارها مبتنی بر درد و ترس‌اند، می‌توانند آسیب جسمی بزنند و رابطه شما با سگ را خراب کنند. روش‌های مبتنی بر پاداش، ایمن‌تر و موثرترند.

۲ جای امن: کنل یا گوشه آرام

سگ‌ها در طبیعت به فضای کوچک و امن (مثل یک لانه) تمایل دارند؛ جایی که حس کنند محافظت شده‌اند. یک کنل (قفس سرپوشیده) یا حتی یک گوشه دنج با تشک، می‌تواند نقش این

پناهگاه را ایفا کند. برخلاف تصور، کنل درست استفاده شده زندان نیست؛ پناهگاه شخصی سگ است که به او حس امنیت می‌دهد و در آموزش توالت، استراحت و سفر هم بسیار کمک می‌کند. کلید کار این است که کنل همیشه با تجربه مثبت همراه باشد و هرگز برای تنبیه استفاده نشود. اگر سگ کنل را جای تنبیه بداند، از آن می‌ترسد و فایده‌اش از بین می‌رود. اندازه کنل باید به قدری باشد که سگ بتواند بایستد، بچرخد و دراز بکشد، نه بزرگ‌تر و نه کوچک‌تر.

☆ نکته طلایی

کنل، پناهگاه است نه زندان. هرگز سگ را برای تنبیه داخل کنل نیندازید و او را برای مدت طولانی در آن حبس نکنید. کنل باید جایی باشد که سگ با میل خودش به آن پناه ببرد.

◀ گام به گام

دوست‌داشتنی کردن کنل:

- در کنل را باز بگذارید و چند تکه غذا داخل آن بیندازید تا سگ خودش وارد شود.
- وعده‌های غذایی یا اسباب‌بازی محبوب را داخل کنل بدهید.
- وقتی سگ راحت داخل می‌رود، برای مدت کوتاهی در را ببندید و بلافاصله باز کنید.
- مدت را تدریجی بیشتر کنید و همیشه با آرامش و پاداش همراه سازید.

مسیر دوست‌داشتنی کردن کنل



شکل ۱۴-۱: چهار گام تا کنل به پناهگاه محبوب سگ تبدیل شود.

۳ آموزش «جای خودت»

یکی از مفیدترین مهارت‌ها، آموزش رفتن به یک «جای مشخص» (یک تشک یا پتوی معین) و ماندن آرام در آن است. این مهارت در موقعیت‌های فراوانی به کار می‌آید: هنگام غذا خوردن خانواده، آمدن مهمان، یا وقتی می‌خواهید سگ آرام بگیرد. «جای خودت» به سگ یک وظیفه روشن می‌دهد و او را از سردرگمی و بی‌قراری نجات می‌دهد.

این آموزش، ترکیبی از هدایت و پاداش است که در فصل اصول یادگیری دیدیم. ابتدا سگ را تشویق می‌کنیم روی تشک برود، سپس ماندن روی آن را پاداش می‌دهیم و به تدریج مدت ماندن و میزان حواس‌پرتی را بیشتر می‌کنیم. گام‌ها را کوچک بگیرید تا سگ همیشه موفق شود.

۱. تشک را روی زمین بگذارید؛ لحظه‌ای که سگ به آن توجه کرد یا رویش رفت، نشانه و پاداش بدهید.
۲. وقتی روی تشک ایستاد یا نشست، کلمه «جای خودت» را بگویید و پاداش دهید.
۳. به تدریج بخواهید چند ثانیه روی تشک بماند و بعد پاداش بدهید.
۴. مدت ماندن را کم‌کم بیشتر کنید و سپس فاصله گرفتن خودتان را تمرین کنید.
۵. در پایان، با یک کلمه رهایی (مثل «آزاد») به او اجازه ترک تشک را بدهید.

♦ مثال واقعی

کاربرد روزمره: هنگام شام، سگ را به «جای خودت» بفرستید. به جای گدایی غذا کنار میز، روی تشکش آرام می‌ماند و این آرامش را با چند پاداش گاه‌به‌گاه تقویت می‌کنید. هم شام خانواده راحت‌تر می‌شود، هم سگ رفتار خوبی می‌آموزد.

۴ آموزش تنها ماندن

سگ‌ها حیوان‌های اجتماعی‌اند و تنهایی برایشان طبیعی نیست؛ اما در زندگی امروز، سگ باید یاد بگیرد مدتی را به تنهایی و آرام بگذراند. اگر این مهارت از ابتدا و تدریجی آموزش داده نشود، خطر اضطراب جدایی (که فصلی جداگانه دارد) بالا می‌رود. هدف این است که سگ یاد بگیرد تنهایی موقتی و بی‌خطر است و شما همیشه برمی‌گردید.

روش کار، حساسیت‌زدایی تدریجی است: با جدایی‌های بسیار کوتاه شروع کنید و به مرور طولانی‌تر کنید. مهم است که رفت‌وآمد را آرام و بدون هیجان انجام دهید؛ خداحافظی‌های پرسروصدا و بازگشت‌های پرهیجان، تنها ماندن را در نظر سگ به اتفاقی بزرگ و استرس‌زا تبدیل می‌کنند.

گام به گام

ساختن تحمل تنهایی:

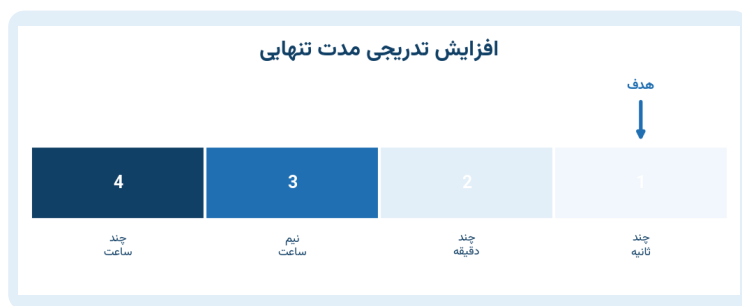
- سگ را با یک اسباب بازی پرشده یا فعالیت آرام مشغول کنید.
- برای چند ثانیه از اتاق بیرون بروید و آرام برگردید، بدون هیاهو.
- مدت بیرون ماندن را بسیار تدریجی بیشتر کنید (ثانیه‌ها، سپس دقیقه‌ها).
- رفت و برگشت‌ها را عادی و بی‌هیجان نگه دارید تا سگ آن‌ها را بی‌اهمیت ببیند.

! هشدار جدی

اگر سگ هنگام تنهایی نشانه‌های اضطراب شدید نشان می‌دهد (پارس و زوزه ممتد، تخریب، دستشویی با وجود آموزش، تلاش برای فرار)، ممکن است دچار اضطراب جدایی باشد؛ به فصل مربوط مراجعه و در صورت لزوم از متخصص کمک بگیرید.

★ نکته طلایی

ورود و خروج بی‌هیاهو، ساده‌ترین و موثرترین ابزار پیش‌گیری از اضطراب جدایی است. چند دقیقه پیش از رفتن و بعد از رسیدن، به سگ توجه ویژه نکنید تا رفتن و آمدن شما عادی جلوه کند.



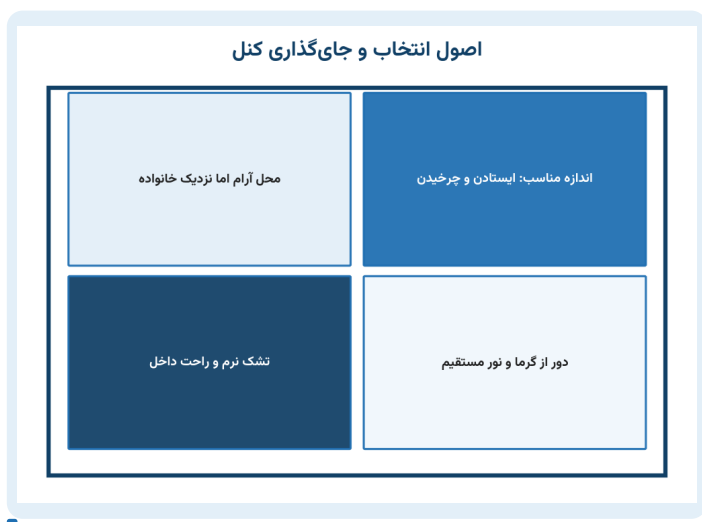
شکل ۲-۱۴ مدت تنهایی را پله‌پله و از بازه بسیار کوتاه افزایش دهید.

۵ انتخاب و چیدمان درست کنل

اگر تصمیم گرفته‌اید از کنل به عنوان فضای امن سگ استفاده کنید، انتخاب اندازه و محل درست آن اهمیت زیادی دارد. اندازه کنل باید به قدری باشد که سگ بتواند به راحتی بایستد، بچرخد و دراز بکشد - نه کوچک‌تر (که آزاردهنده است) و نه خیلی بزرگ‌تر (که حس امنیت لانه‌مانند را کم می‌کند). برای توله‌ای که سریع رشد می‌کند، می‌توانید کنلی بخرید که با جداکننده، فضای آن

قابل تنظیم باشد.

محل قرارگیری کنل هم مهم است. آن را در جایی آرام اما نه کاملاً جدا از خانواده بگذارید؛ سگ‌ها حیوان‌های اجتماعی‌اند و دوست دارند حتی هنگام استراحت، نزدیک جمع باشند. از قراردادن کنل در محل پرفت‌وآمد و پرسروصدا، یا زیر نور مستقیم و گرمای شدید، پرهیز کنید. داخل کنل را با یک تشک نرم راحت کنید تا به پناهگاهی دلپذیر تبدیل شود.



شکل ۳-۱۴ کنل خوب، اندازه و محل درستی دارد و به پناهگاهی دلپذیر بدل می‌شود.

- اندازه: سگ باید بتواند بایستد، بچرخد و دراز بکشد؛ نه کوچک‌تر، نه خیلی بزرگ‌تر.
- برای توله، کنل قابل تنظیم با جداکننده گزینه اقتصادی‌تری است.
- محل: جایی آرام اما نزدیک خانواده، نه کاملاً منزوی.
- از گرمای شدید، نور مستقیم و محل پرسروصدا پرهیز کنید.
- داخل کنل را با تشک نرم راحت و دلپذیر کنید.

! هشدار جدی

کنل هرگز نباید جای تنبیه یا حبس طولانی باشد. اگر سگ کنل را با تجربه بد پیوند بزند، از آن می‌ترسد و کارکردش به عنوان پناهگاه از بین می‌رود.

☆ نکته طلایی

کنل درست، با اندازه و محل و راحتی مناسب، به جایی تبدیل می‌شود که سگ با میل خودش برای آرامش به آن پناه می‌برد - این هدف نهایی است.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « قلاده و بند را تدریجی و با پاداش به تجربه‌ای مثبت تبدیل کنید.
- « از وسایل آزاردهنده مثل قلاده خاردار و خفه‌کن استفاده نکنید.
- « کنل یا گوشه امن، پناهگاه سگ است نه زندان؛ هرگز برای تنبیه به‌کار نرود.
- « «جای خودت» مهارتی پرکاربرد برای آرام‌کردن سگ در موقعیت‌های مختلف است.
- « تنها ماندن را تدریجی آموزش دهید و ورود و خروج را بی‌هیاهو نگه دارید.

■ پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: قلاده بهتر است یا هارنس (بند قفسه سینه)؟

پاسخ: برای بسیاری از سگ‌ها، به‌ویژه نژادهای کوچک یا سگ‌هایی که می‌کشند، هارنس فشار کمتری به گردن وارد می‌کند و گزینه ملایم‌تری است. انتخاب نهایی به سگ و راحتی او بستگی دارد.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: استفاده از کنل بی‌رحمانه نیست؟

پاسخ: اگر درست و بدون تنبیه استفاده شود، خیر. سگ‌ها به فضای امن کوچک تمایل طبیعی دارند و کنل خوش‌آیند برایشان پناهگاه است. حبس طولانی یا استفاده تنبیهی است که اشکال دارد.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم اصلاً تحمل تنهایی ندارد؛ از کجا شروع کنم؟
 پاسخ: از جدایی‌های بسیار کوتاه چندثانیه‌ای و در همان خانه شروع کنید و آرام‌آرام طولانی‌تر کنید. اگر نشانه‌های اضطراب شدید دیدید، فصل اضطراب جدایی و کمک متخصص را در نظر بگیرید.

✓ همین امروز چه کنم؟

- اولین گام عادت‌دادن به قلاده یا کنل را امروز با چند تکه غذا شروع کنید.
- یک تشک ثابت به‌عنوان «جای خودت» انتخاب کنید و اولین تمرین را انجام دهید.
- یک جدایی کوتاه چندثانیه‌ای را با ورود و خروج بی‌هیاهو تمرین کنید.

فصل

۱۵

دستورهای پایه؛ گام به گام

پنج دستور کلیدی که زندگی با سگ را متحول می‌کنند.

در این فصل می‌خوانید

- بنشین، بخواب و بمان
- بیا (فراخوان مطمئن)
- رهاکن و ولش‌کن
- جا برو و سر جاییت بمان

حالا به قلب آموزش می‌رسیم: دستورهای پایه. این دستورها فقط «حقه» نیستند؛ ابزار ارتباط، ایمنی و زندگی آرام‌اند. «بیا» می‌تواند جان سگ را نجات دهد و «ولش کن» می‌تواند مانع خوردن چیز خطرناک شود.

۱ قواعد طلایی پیش از شروع

پیش از آموزش هر دستور، چند اصل را به یاد داشته باشید که موفقیت همه تمرین‌ها به آن‌ها بستگی دارد. این اصول، همان روش علمی یادگیری‌اند که در فصل یازده دیدیم، اما اینجا به شکل عملی به کار می‌روند. رعایت آن‌ها تفاوت میان سگی مطیع و علاقه‌مند، و سگی سردرگم و بی‌انگیزه است.

- جلسه‌های کوتاه و مکرر: چند جلسه پنج دقیقه‌ای بهتر از یک جلسه طولانی خسته‌کننده است.
- محیط آرام برای شروع: اول در خانه و بدون حواس‌پرتی، بعد به تدریج جاهای شلوغ‌تر.
- یک کلمه برای هر دستور: کلمه را ثابت نگه دارید و همه اعضای خانه همان را به کار ببرند.
- پایان مثبت: هر جلسه را با یک موفقیت و پاداش تمام کنید تا سگ مشتاق جلسه بعد باشد.
- صبر و آرامش: اگر سگ خسته یا حواس‌پرت شد، فشار نیاورید؛ بعدا ادامه دهید.

★ نکته طلایی

ترتیب آموزش هر دستور تقریباً همیشه یکی است: اول رفتار را با هدایت یا شکل‌دهی به دست می‌آوریم، بعد کلمه دستور را اضافه می‌کنیم، سپس در محیط‌های سخت‌تر تمرین و در پایان تشویقی را کم می‌کنیم. این الگو را برای هر مهارت تازه تکرار کنید.

☰ تعریف: تعمیم

توانایی سگ در اجرای یک دستور در مکان‌ها و شرایط گوناگون، نه فقط جایی که آن را یاد گرفته. برای تعمیم، باید دستور را تدریجی در محیط‌های مختلف تمرین کرد.



شکل ۱-۱۵ همه دستورها را با همین چهار گام آموزش دهید.

۲ دستور «بشین»

«بشین» معمولاً اولین و آسان‌ترین دستور است و پایه بسیاری از رفتارهای دیگر. این دستور به سگ کمک می‌کند در موقعیت‌های هیجانی آرام بگیرد و به یک «دکمه توقف» ساده تبدیل می‌شود. آن را با روش هدایت آموزش می‌دهیم.

۱. یک تکه غذا را میان انگشتان بگیرد و درست بالای بینی سگ نگه دارید.
۲. دست را آرام به سمت بالا و عقب (به طرف پشت سر سگ) ببرید.
۳. سگ برای دنبال کردن غذا، سرش بالا و پشتش پایین می‌رود و می‌نشیند.
۴. لحظه نشستن، نشانه («آفرین») بدهید و غذا را به او بدهید.
۵. بعد از چند تکرار موفق، هم‌زمان با حرکت دست، کلمه «بشین» را بگویید.
۶. به تدریج حرکت دست را کم‌رنگ کنید تا فقط با کلمه بنشیند.

اشتباه رایج

غذا را بیش از حد بالا نبرید، وگرنه سگ می‌پرد به جای اینکه بنشیند. ارتفاع را درست بالای بینی نگه دارید و آرام به عقب ببرید.

۳ دستور «دراز بکش»

«دراز بکش» یک حالت آرام‌تر و پایدارتر از نشستن است و برای مواقعی که می‌خواهید سگ مدتی طولانی‌تر آرام بماند عالی است. این دستور را معمولا از حالت نشسته شروع می‌کنیم.

۱. از سگ نشسته شروع کنید؛ یک تکه غذا را جلوی بینی‌اش بگیرید.
۲. دست را آرام به سمت زمین، درست بین پنجه‌های جلویی، پایین ببرید.
۳. وقتی غذا روی زمین رسید، کمی آن را به سمت جلو بکشید تا سگ بدنش را دراز کند.
۴. لحظه‌ای که آرنج‌ها و شکم به زمین رسید، نشانه و پاداش بدهید.
۵. پس از چند تکرار، کلمه «دراز بکش» را هنگام حرکت دست اضافه کنید.
۶. به تدریج حرکت دست را کوچک و کم‌رنگ کنید.

♦ مثال واقعی

اگر سگ به جای دراز کشیدن، می‌ایستد یا دستش را دنبال نمی‌کند، روی سطحی کمی بلند نشانیدش و کنار یک مبل پایین تمرین کنید، یا غذا را آهسته‌تر پایین ببرید. گاهی فقط کند کردن حرکت، مشکل را حل می‌کند.

۴ دستور «بمان»

«بمان» یعنی سگ در حالت فعلی (نشسته یا خوابیده) باقی بماند تا شما اجازه حرکت بدهید. این دستور سه بعد دارد که باید جداگانه و تدریجی تقویت شوند: مدت (چند وقت بماند)، فاصله (شما چقدر دور شوید) و حواس‌پرتی (چه چیزهایی در محیط باشد). اشتباه رایج، بالابردن هم‌زمان هر سه است که سگ را به شکست می‌کشاند.

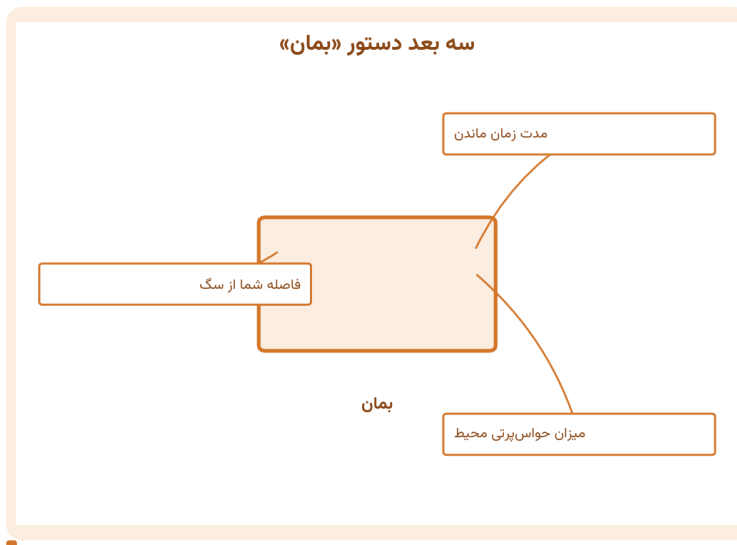
۱. از سگ نشسته یا خوابیده شروع کنید؛ کف دستتان را رو به او بگیرید و بگویید «بمان».
۲. فقط یک ثانیه صبر کنید، بعد نشانه و پاداش بدهید؛ سپس کلمه رهایی («آزاد») را بگویید.
۳. مدت را پله‌پله بیشتر کنید: دو ثانیه، سه ثانیه و همین‌طور جلوتر.
۴. وقتی مدت خوب شد، یک قدم عقب بروید و برگردید و پاداش بدهید (افزودن فاصله).
۵. هر بار فقط یک بعد (مدت، فاصله یا حواس‌پرتی) را کمی سخت‌تر کنید، نه همه را با هم.
۶. همیشه با کلمه رهایی به «بمان» پایان دهید تا سگ بداند چه وقت آزاد است.

☆ نکته طلایی

قانون «یکی یکی»: مدت، فاصله و حواس پرتی را جداگانه زیاد کنید. اگر بعدی را سخت کردید و سگ شکست خورد، به سطح آسان تر برگردید. پیشرفت تدریجی، کلید «بمان» قوی است.

✕ اشتباه رایج

اگر هنگام «بمان» سگ بلند شد و شما همان جا پاداش دادید، در واقع بلندشدن را پاداش داده اید. فقط وقتی پاداش بدهید که سگ هنوز در حالت بمان است.



شکل ۲-۱۵ «بمان» را در سه بعد و هرکدام جداگانه تقویت کنید.

۵ دستور «بیا» (فراخوان)

«بیا» شاید مهم ترین دستور از نظر ایمنی باشد؛ توانایی فراخواندن سگ می تواند او را از خطر (ماشین، سگ مهاجم، خوردن چیز خطرناک) نجات دهد. به همین دلیل، «بیا» باید همیشه با بهترین اتفاق ها همراه باشد و هرگز با چیز ناخوشایند پیوند نخورد. سگ باید یاد بگیرد که آمدن به سوی شما، همیشه ارزش دارد.

۱. در فضای امن و بسته، با لحنی شاد و هیجان انگیز نام سگ و «بیا» را بگویید.
۲. وقتی به سویتان آمد، با غذای عالی، تحسین گرم و بازی به شدت پاداش بدهید.
۳. فاصله را کم کم بیشتر کنید و در محیط های متنوع (با حواس پرتی بیشتر) تمرین کنید.

۴. برای تمرین بیرون، از بند بلند استفاده کنید تا ایمنی حفظ شود.

۵. همیشه آمدن را جشن بگیرید؛ حتی اگر دیر آمد، هرگز هنگام رسیدن دعوایش نکنید.

! هشدار جدی

هرگز سگ را با «بیا» صدا نزنید تا کار ناخوشایندی (مثل حمام، ناخن‌گیری یا پایان بازی و رفتن به خانه) انجام دهید، و هرگز پس از آمدن تنبیهش نکنید. این کار «بیا» را در نظر سگ بی‌ارزش یا ترسناک می‌کند و فراخوان را خراب می‌کند.

☆ نکته طلایی

«بیا» را به بهترین کلمه دنیای سگ تبدیل کنید: بهترین غذاها، گرم‌ترین تحسین و شادترین لحن را برای آن نگه دارید. سگی که آمدن را دوست دارد، در لحظه خطر هم می‌آید.

◀ تمرین گروهی

بازی فراخوان دونفره:

- دو نفر در دو سر اتاق بنشینید.
- یکی سگ را با «بیا» صدا بزند و هنگام رسیدن پاداش بدهد.
- بعد نفر دوم همین کار را تکرار کند.
- این بازی رفت‌وبرگشتی، فراخوان را تقویت و به تجربه‌ای شاد تبدیل می‌کند.

۶ «ولش کن» و «بنداز»

این دو دستور، ابزار ایمنی روزمره‌اند. «ولش کن» یعنی به آن چیز نزدیک نشو یا نخورش (پیش از آنکه در دهان برود)، و «بنداز» یعنی چیزی که در دهان داری را رها کن. این دستورها می‌توانند مانع خوردن غذای خطرناک، آشغال یا اشیای کوچک شوند و در موقعیت‌های واقعی بسیار به‌کار می‌آیند.

■ آموزش «ولش کن»

۱. یک تکه غذا را در مشت بسته نگه دارید و به سگ نشان دهید.
۲. سگ تلاش می‌کند غذا را بگیرد؛ شما دست را بسته نگه دارید و چیزی نگویید.
۳. لحظه‌ای که سگ دست برداشت و عقب کشید، نشانه بدهید و از دست دیگر غذا بدهید.
۴. وقتی این الگو جا افتاد، کلمه «ولش کن» را اضافه کنید.

۵. به تدریج به اشیای روی زمین (با پوشش دست) و سپس بدون پوشش پیشرفت کنید.

■ آموزش «بنداز»

۱. هنگام بازی با یک اسباب بازی، یک تکه غذای جذاب جلوی بینی سگ بگیرید.
۲. سگ برای گرفتن غذا، اسباب بازی را رها می کند؛ همان لحظه نشانه و غذا بدهید.
۳. کلمه «بنداز» را هنگام رهاکردن اضافه کنید.
۴. اسباب بازی را بعد از پاداش پس بدهید تا سگ یاد بگیرد رهاکردن، پایان بازی نیست.

★ نکته طلایی

در «بنداز»، همیشه چیزی بهتر یا هم ارزش در عوض بدهید (غذا یا ادامه بازی). اگر رهاکردن همیشه به از دست دادن منجر شود، سگ یاد می گیرد اشیای را محکم تر نگه دارد و حتی ممکن است محافظت از اشیای (گارد منابع) شکل بگیرد.

! هشدار جدی

اگر سگ روی غذا یا اشیای حالت تدافعی و غرش شدید نشان می دهد (محافظت از منابع)، با احتیاط رفتار کنید و برای آموزش ایمن آن از متخصص رفتار کمک بگیرید؛ این موضوع نیاز به مدیریت تخصصی دارد.

جعبه ابزار دستورهای پایه



شکل ۳-۱۵: شش دستور پایه که زندگی با سگ را امن و آسان می کنند.

۷ دو مهارت کاربردی دیگر: تماس چشمی و «وایسا»

علاوه بر دستورهای پایه، دو مهارت ساده اما بسیار کاربردی وجود دارد که زندگی روزمره با سگ را آسان‌تر می‌کنند. نخست، «تماس چشمی» یا جلب توجه: آموزش اینکه با گفتن نام سگ یا یک کلمه خاص، او به شما نگاه کند. این مهارت، پایه همه دستورهای دیگر است؛ چون پیش از هر دستوری، باید توجه سگ را داشته باشید. در موقعیت‌های پرحواس‌پرتی، این مهارت بسیار ارزشمند است.

دوم، «وایسا» (توقف): آموزش اینکه سگ در جای خود متوقف شود و جلو نیاید. این مهارت در موقعیت‌های ایمنی کاربرد دارد - مثلاً وقتی می‌خواهید سگ از خیابان یا یک منطقه خطرناک دور بماند، یا وقتی در حال باز کردن در هستید و نمی‌خواهید سگ بیرون بدود. هر دو مهارت را با همان روش هدایت و پاداش تدریجی که در این فصل آموختیم، می‌توان ساخت.



شکل ۴-۱۵ تماس چشمی، پایه جلب توجه پیش از هر دستور دیگری است.

- تماس چشمی را در محیط آرام شروع کنید، سپس در جاهای شلوغ‌تر تمرین کنید.
- نام سگ را فقط برای اتفاق‌های خوب به کار ببرید، نه برای دعوا.
- «وایسا» را با گام‌های کوچک و در فاصله کم آموزش دهید و تدریجی گسترش دهید.
- این مهارت‌ها را در موقعیت‌های ایمنی واقعی (در، خیابان) تمرین و تثبیت کنید.
- هر دو مهارت را با همان الگوی رفتار، نام‌گذاری، تمرین و تثبیت بسازید.

♦ مثال واقعی

کاربرد واقعی تماس چشمی: وقتی سگ دیگری از روبه‌رو می‌آید و سگ شما شروع به تمرکز روی او می‌کند، با کلمه توجه نگاهش را به خودتان برمی‌گردانید و رفتار آرام را پاداش می‌دهید - پیش از آنکه هیجان یا تنش بالا بگیرد.

★ نکته طلایی

توجه سگ، پیش‌نیاز هر آموزشی است. سگی که یاد گرفته با یک کلمه به شما نگاه کند، در هر موقعیتی راحت‌تر هدایت می‌شود.

تعمیم دستورها به زندگی واقعی

یکی از پرتکرارترین گلایه‌ها این است: «سگم در خانه همه‌چیز را بلد است، اما بیرون انگار هیچ‌چیز نمی‌داند». این پدیده کاملاً طبیعی است و به مفهوم «تعمیم» برمی‌گردد. سگ‌ها به‌خوبی ما در تعمیم یادگیری به موقعیت‌های تازه نیستند؛ آن‌ها یک دستور را ابتدا به همان محل و شرایطی که یاد گرفته‌اند گره می‌زنند. «بشین» در اتاق نشیمن، از نظر سگ، لزوماً همان «بشین» در پارک شلوغ نیست.

راه‌حل، تمرین آگاهانه تعمیم است: هر دستور را که در محیط آرام محکم شد، به‌تدریج در محیط‌های متنوع‌تر و با حواس‌پرتی بیشتر تمرین کنید. از حیاط آرام شروع کنید، بعد کوچه خلوت، بعد جای شلوغ‌تر. در هر محیط تازه، انتظار کمی پسرفت داشته باشید و در صورت نیاز، پاداش را موقتاً جذاب‌تر کنید و گام را ساده‌تر بگیرید. با تمرین کافی در شرایط گوناگون، دستور سرانجام در همه‌جا کار می‌کند.



شکل ۵-۱۵ دستور را پله پله در محیط‌های سخت‌تر تمرین کنید تا همه‌جا کار کند.

اشتباه رایج

توقع نداشته باشید سگ دستوری را که فقط در خانه تمرین کرده، بلافاصله در پارک اجرا کند. این نافرمانی نیست؛ یعنی هنوز تعمیم نداده. در محیط تازه، از سطح ساده‌تر شروع کنید.

نکته طلایی

یک دستور را تا وقتی در چند محیط گوناگون تمرین نکرده‌اید، واقعا «آموخته‌شده» نیست. تعمیم، پلی است میان تمرین در خانه و رفتار قابل‌اعتماد در دنیای واقعی.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « هر دستور را با الگوی رفتار، نام‌گذاری، تمرین و تثبیت آموزش دهید.
- « جلسه‌ها کوتاه، محیط ابتدا آرام، و پایان همیشه مثبت باشد.
- « در «بمان»، مدت، فاصله و حواس‌پرتی را جداگانه و تدریجی زیاد کنید.
- « «بیا» را به بهترین کلمه دنیای سگ تبدیل کنید و هرگز با تنبیه پیوند ندهید.
- « «ولش کن» و «بنداز» ابزار ایمنی‌اند؛ در «بنداز» همیشه چیزی بهتر در عوض بدهید.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چند وقت طول می‌کشد سگ یک دستور را یاد بگیرد؟
پاسخ: گرفتن اولیه رفتار ممکن است در چند جلسه اتفاق بیفتد، اما تثبیت و تعمیم آن به همه محیط‌ها هفته‌ها تمرین می‌خواهد. ثبات روزانه مهم‌تر از سرعت است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم در خانه گوش می‌دهد اما بیرون نه؛ چرا؟
پاسخ: چون هنوز دستور را «تعمیم» نداده. محیط بیرون پر از حواس‌پرتی است؛ باید تدریجی در جاهای شلوغ‌تر و با پاداش بهتر تمرین کنید تا دستور همه‌جا کار کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: اگر سگ دستور را اجرا نکرد، تنبیهش کنم؟
پاسخ: نه. عدم اجرا معمولاً یعنی گام را سخت گرفته‌اید یا سگ حواس‌پرت/خسته است. به سطح آسان‌تر برگردید. تنبیه فقط انگیزه و اعتماد را از بین می‌برد.

✓ همین امروز چه کنم؟

- امروز یک جلسه پنج‌دقیقه‌ای «بشین» با روش هدایت برگزار کنید.
- بازی فراخوان دونفره را برای تقویت «بیا» انجام دهید.
- اولین گام «ولش کن» (مشت بسته غذا) را تمرین کنید.

فصل

۱۶

راه رفتن درست کنار صاحب

پیاده روی بدون کشیده شدن، یکی از لذت بخش ترین مهارت هایی است که می آموزید.

در این فصل می خوانید

- چرا سگ بند را می کشد
- آموزش راه رفتن شل بند
- مدیریت حواس پرتی بیرون از خانه
- تجهیزات کمکی و کاربرد درست آنها

پیاده روی باید لذت بخش باشد، نه کشمکشی روزانه. اگر سگ شما را دنبال خودش می کشد، مشکل از بدجنسی او نیست؛ کسی به او یاد نداده که راه رفتن کنار شما ارزش دارد. این فصل، گام به گام، پیاده روی آرام را می سازد.

۱ چرا سگ ها بند را می کشند؟

کشیدن بند، رفتاری کاملاً طبیعی است. اول، سرعت طبیعی راه رفتن سگ از ما بیشتر است و او مشتاق رسیدن به بوها و مناظر جلوست. دوم - و مهم تر - سگ ها یاد گرفته اند که کشیدن جواب می دهد: هر بار که سگ می کشد و ما به دنبالش جلو می رویم، در واقع کشیدن را پاداش داده ایم. از نگاه سگ، کشیدن یعنی «جلوتر می رسم»، پس چرا نکشد؟

راز اصلاح این رفتار در همین نکته نهفته است: باید رابطه «کشیدن یعنی جلو رفتن» را بشکنیم و رابطه تازه ای بسازیم؛ «بند شل یعنی پیشروی و چیزهای خوب، بند کشیده یعنی توقف». وقتی سگ بفهمد کشیدن او را به مقصد نمی رساند اما راه رفتن آرام کنار شما می رساند، انتخابش عوض می شود.

تعریف: راه رفتن با بند شل

حالتی که سگ در کنار یا نزدیک شما راه می رود بدون آنکه بند کشیده و سفت شود. هدف واقع بینانه پیاده روی روزمره همین است، نه رژه نظامی.

★ نکته طلایی

تفاوت دو هدف را بدانید: «راه رفتن با بند شل» یعنی سگ آزادانه اما بدون کشیدن کنار شما راه برود (هدف روزمره). «پاشنه» (هیل) یعنی سگ دقیقاً کنار پای شما و هم گام بماند (مهارت دقیق تر برای موقعیت های خاص). برای زندگی روزمره، بند شل کافی است.

۲ ابزار مناسب پیاده روی

ابزار درست، کار را آسان تر می کند، هرچند جایگزین آموزش نیست. برای سگ هایی که می کشند، یک هارنس (بند قفسه سینه) - به ویژه نوعی که بند از جلوی سینه وصل می شود - می تواند فشار را از گردن بردارد و کنترل را بهتر کند. یک بند معمولی با طول مناسب (نه خیلی کوتاه و نه بند جمع شونده فنی) بهترین گزینه برای آموزش است.

از بندهای جمع‌شونده فنی برای آموزش پرهیز کنید؛ این بندها دائماً کمی کشش دارند و به سگ یاد می‌دهند که کشیدن طبیعی است، درست برخلاف چیزی که می‌خواهیم. همچنین از قلاده‌های خاردار و خفه‌کن که با درد کار می‌کنند، استفاده نکنید.

ابزار	مناسب برای	توضیح
هارنس با اتصال جلو	سگ‌هایی که می‌کشند	فشار را از گردن برمی‌دارد، کنترل بهتر
بند ثابت با طول متوسط	آموزش روزمره	بهترین گزینه برای تمرین
بند جمع‌شونده فنی	نامناسب برای آموزش	کشش دائمی، کشیدن را تقویت می‌کند
قلاده خاردار/خفه‌کن نمی‌شود	توصیه	مبتنی بر درد، پرخطر

! هشدار جدی

هیچ ابزاری به‌تنهایی سگ را آرام نمی‌کند؛ ابزار فقط مدیریت را آسان‌تر می‌کند. آموزش رفتار درست، همچنان بخش اصلی کار است.

۳ روش اول: توقف هنگام کشیدن

ساده‌ترین و رایج‌ترین روش، این است که به سگ بیاموزیم کشیدن، پیشروی را متوقف می‌کند. این روش صبر می‌خواهد اما بسیار موثر است، چون مستقیماً همان رابطه‌ای را که باعث کشیدن شده، می‌شکند. در روزهای اول، پیاده‌روی شما کوتاه و پر از توقف خواهد بود؛ این طبیعی است و به‌مرور بهتر می‌شود.

۱. راه بروید؛ تا وقتی بند شل است، به مسیر ادامه دهید (پیشروی، خودش پاداش است).
۲. لحظه‌ای که سگ کشید و بند سفت شد، فوراً بایستید و مثل یک «درخت» بی‌حرکت بمانید.
۳. هیچ نکشید و سگ را به عقب نکشانید؛ فقط بایستید و صبر کنید.

۴. وقتی سگ کشش را رها کرد و بند دوباره شل شد (یا به سوی شما برگشت)، تحسین کنید.
۵. دوباره راه بیفتید؛ یعنی شل کردن بند، پیشروی را برمی گرداند.
۶. این الگو را پیوسته تکرار کنید تا سگ بفهمد بند شل = حرکت، بند سفت = توقف.

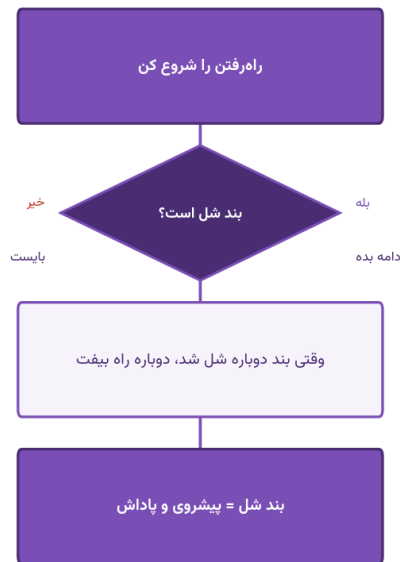
مثال واقعی

در روزهای اول ممکن است در ده متر، بیست بار توقف کنید. ناامید نشوید؛ سگ دارد یاد می گیرد که کشیدن دیگر جواب نمی دهد. این سرمایه گذاری چندروزه، به پیاده روی های آرام ماه های آینده می ارزد.

اشتباه رایج

وسط تمرین، گاهی تسلیم نشوید و اجازه ندهید کشیدن گاهی جواب بدهد. اگر کشیدن حتی گاه به گاه به پیشروی منجر شود، سگ یاد می گیرد که با اصرار بالاخره موفق می شود و رفتار سخت تر اصلاح می شود. ثبات، حیاتی است.

منطق روش توقف هنگام کشیدن



شکل ۱۶-۱: منطق ساده ای که پشت روش توقف هنگام کشیدن است.

روش دوم: پاداش به جای درست

۴

روش مکمل و بسیار موثر دیگر، پاداش دادن فعال به سگ در زمانی است که در موقعیت درست (کنار شما) قرار دارد. به جای اینکه فقط منتظر اشتباه بمانیم، رفتار درست را شکار و پاداش می‌کنیم. این روش به سگ می‌گوید دقیقا کجا باید باشد و آن نقطه را پوارزش می‌کند.

۱. یک سمت بدنتان را به عنوان «جای سگ» انتخاب کنید (مثلا سمت چپ).
۲. هر بار سگ کنار پای شما و با بند شل راه رفت، نشانه بدهید و از همان سمت غذا بدهید.
۳. غذا را پایین و کنار پای خود بدهید تا سگ یاد بگیرد آن نقطه، جای پاداش است.
۴. اگر سگ جلو افتاد، با لحنی شاد توجهش را جلب کنید و وقتی برگشت، دوباره پاداش بدهید.
۵. به تدریج فاصله بین پاداش‌ها را بیشتر کنید تا سگ مدت طولانی‌تری کنار شما بماند.

تمرین تمرکز

تمرین تغییر جهت:

- هنگام راه رفتن، بی‌خبر جهت خود را عوض کنید (مثلا ناگهان به عقب برگردید).
- این کار سگ را تشویق می‌کند حواسش به شما باشد، نه فقط به جلو.
- هر بار که سگ به شما توجه کرد و خود را تطبیق داد، پاداش بدهید.
- بازی «حدس بزن کجا می‌روم»، تمرکز سگ روی شما را به شدت بالا می‌برد.

نکته طلایی

بهترین نتیجه از ترکیب دو روش به دست می‌آید: هنگام کشیدن بایستید (روش اول) و هنگام راه رفتن درست، فعالانه پاداش بدهید (روش دوم). یکی اشتباه را بی‌نتیجه می‌کند، دیگری رفتار درست را پوارزش.

۵ پیاده‌روی در دنیای واقعی

وقتی پایه کار در محیط آرام محکم شد، باید مهارت را به دنیای واقعی پر از حواس‌پرتی ببرید. این کار را تدریجی انجام دهید: اول کوچه خلوت، بعد خیابان شلوغ‌تر، بعد پارک. هر محیط تازه برای سگ مثل شروع دوباره است، پس انتظار کمی پسرفت در محیط‌های جدید طبیعی است و با تمرین برطرف می‌شود.

اجازه دهید پیاده‌روی، نیاز طبیعی سگ به بوییدن و کاوش را هم برآورده کند. می‌توانید یک کلمه خاص (مثل «بو بکش») داشته باشید که یعنی «حالا آزادی برای کاوش»، و در بقیه زمان، راه رفتن

منظم را بخواهید. این تعادل، هم نیاز سگ را برآورده می‌کند و هم آموزش را حفظ.

- اگر سگ به چیزی (سگ دیگر، گربه) واکنش شدید نشان می‌دهد، فاصله را بیشتر کنید تا آرام بماند.
- پیش از پیاده‌روی، کمی انرژی سگ را با بازی کوتاه تخلیه کنید تا آرام‌تر شروع کند.
- در ابتدای کار، مسیرهای آرام‌تر و کم‌رفت‌وآمدتر را انتخاب کنید.
- همیشه چند تکه غذای خوب همراه داشته باشید تا رفتار درست را پاداش دهید.
- جلسه را پیش از خسته یا کلافه شدن سگ، با یک موفقیت تمام کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم تا سگ دیگری می‌بیند دیوانه می‌شود و می‌کشد؛ چه کنم؟

پاسخ: فاصله را زیاد کنید تا سگ زیر آستانه واکنش بماند، و در آن فاصله با غذا و آرامش کار کنید (حساسیت‌زدایی). اگر واکنش شدید است، فصل ترس و پرخاشگری و کمک متخصص را در نظر بگیرید.

● نکته

در مناطق عمومی و شهری، طبق مقررات محل، سگ را با بند نگه دارید و در صورت لزوم از پوزه‌بند مناسب استفاده کنید. به فصل ملاحظات فرهنگی و قانونی مراجعه کنید.

پیاده‌روی درست در برابر نادرست

نادرست	درست
• دنبال‌کشیده شدن توسط سگ	• بند شل و آرام
• بند دائماً سفت	• سگ گاهی به شما توجه می‌کند
• تسلیم شدن و جلو رفتن هنگام کشیدن	• توقف هنگام کشیدن
• استفاده از ابزار دردناک	• پاداش رفتار درست

شکل ۲-۱۶ تفاوت رفتار درست و نادرست در پیاده‌روی.

۶ راه رفتن با چند سگ و موقعیت‌های دشوار

اگر بیش از یک سگ دارید، پیاده‌روی هم‌زمان با همه آن‌ها می‌تواند چالش‌برانگیز باشد. توصیه می‌شود ابتدا هر سگ را جداگانه آموزش دهید تا راه رفتن آرام با بند شل را به‌تنهایی یاد بگیرد؛ تلاش برای آموزش هم‌زمان چند سگ آموزش‌نדיده، معمولاً به هرج‌ومرج می‌انجامد. وقتی هر سگ مهارت را جداگانه آموخت، می‌توانید تدریجی آن‌ها را با هم ببرید.

موقعیت‌های دشوار دیگری هم در پیاده‌روی پیش می‌آید: عبور از کنار سگ‌های دیگر، رهگذرانی که می‌خواهند سگ را نوازش کنند، یا محرک‌های هیجان‌انگیز مثل گربه. در این موقعیت‌ها، مهارت تماس چشمی (که در فصل قبل گفتیم) و افزایش فاصله از محرک، ابزارهای کلیدی شما هستند. هدف این است که سگ به‌جای واکنش هیجانی، توجهش را به شما بدهد و آرام بماند.

مدیریت موقعیت دشوار در پیاده‌روی	
نادرست	درست
• بردن هم‌زمان چند سگ آموزش‌نדיده	• آموزش جداگانه هر سگ پیش از باهم
• نزدیک‌شدن اجباری به محرک	• افزایش فاصله از محرک
• کشیدن و فریاد هنگام تنش	• جلب توجه سگ به خودتان
• اجازه نوازش غریبه بدون آمادگی سگ	• پاداش رفتار آرام

شکل: ۳-۱۶ در موقعیت دشوار، فاصله و جلب توجه، بهتر از کشاکش عمل می‌کنند.

- هر سگ را جداگانه آموزش دهید، سپس تدریجی با هم ببرید.
- هنگام عبور از کنار محرک، فاصله را زیاد کنید تا سگ زیر آستانه بماند.
- از مهارت تماس چشمی برای برگرداندن توجه سگ به خودتان استفاده کنید.
- اجازه نوازش توسط غریبه را فقط وقتی بدهید که سگ آماده و آرام است.
- رفتار آرام در موقعیت دشوار را فعالانه پاداش دهید.

● نکته

اگر سگ شما نسبت به سگ‌های دیگر در پیاده‌روی واکنش شدید (پارس، کشیدن، خیز) نشان می‌دهد، به فصل ترس و پرخاشگری مراجعه کنید؛ این «واکنش‌پذیری روی بند» نیاز به کار تخصصی‌تری دارد.

★ نکته طلایی

در موقعیت‌های دشوار، آرامش شما به سگ منتقل می‌شود. فاصله گرفتن و جلب توجه، همیشه موثرتر از کشمکش و فریاد است.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « کشیدن طبیعی است؛ سگ یاد گرفته کشیدن او را جلو می‌برد و باید این را تغییر داد.
- « هدف روزمره، راه رفتن با بند شل است، نه لزوماً پاشنه دقیق نظامی.
- « بند ثابت با طول متوسط و در صورت لزوم هارنس، بهترین ابزار آموزش‌اند.
- « روش توقف هنگام کشیدن را با پاداش دادن به موقعیت درست ترکیب کنید.
- « مهارت را تدریجی به محیط‌های شلوغ‌تر ببرید و نیاز سگ به بوییدن را هم در نظر بگیرید.

■ پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: روش توقف خیلی کند است؛ راه سریع‌تری نیست؟
پاسخ: میان‌بر بی‌ضرر وجود ندارد، اما ترکیب توقف با پاداش فعال به موقعیت درست، روند را تندتر می‌کند. ثبات روزانه، سریع‌ترین مسیر واقعی است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: از بند جمع‌شونده فنی استفاده کنم؟
پاسخ: برای آموزش راه رفتن آرام، نه. این بند کشش دائمی دارد و به سگ یاد می‌دهد کشیدن طبیعی است. بعد از تثبیت مهارت و در فضاهای باز و امن می‌توان محدودتر از آن بهره برد.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم وسط راه می‌نشیند و حرکت نمی‌کند؛ چرا؟

پاسخ: می‌تواند خستگی، ترس از چیزی در محیط، گرمای زمین یا ناراحتی جسمی باشد. علت را بررسی کنید؛ هرگز سگ را روی زمین نکشید. با تشویق و آرامش دعوتش کنید و در صورت تداوم با دامپزشک مشورت کنید.

✓ همین امروز چه کنم؟

- ابزار مناسب (بند ثابت و در صورت نیاز هارنس) را آماده کنید.
- یک جلسه کوتاه روش توقف هنگام کشیدن را در محیطی آرام تمرین کنید.
- تمرین تغییر جهت را برای بالابردن تمرکز سگ روی خودتان انجام دهید.

بخش ۴

رفع مشکلات رفتاری رایج

فصل

۱۷

پارس بی‌مورد و کنترل آن

هر پارس دلیلی دارد؛ تا دلیل را نفهمیم، نمی‌توانیم آن را مدیریت کنیم.

در این فصل می‌خوانید

- انواع پارس و علت‌های آن
- کاهش پارس توجه‌طلبانه و هیجانی
- پارس به زنگ در و رهگذران
- تمرین دستور «ساکت»

پارس، زبان سگ است، نه عیب او. اما پارس بی‌مورد و مداوم می‌تواند زندگی شما و همسایه‌ها را سخت کند. کلید حل مسئله این است که اول بفهمیم سگ چرا پارس می‌کند، چون هر علت، راه‌حل خودش را دارد.

۱ چرا سگ‌ها پارس می‌کنند؟

پارس کردن یک رفتار ارتباطی طبیعی است؛ سگ‌ها با آن هشدار می‌دهند، توجه می‌خواهند، هیجانشان را بروز می‌دهند یا به محرکی واکنش نشان می‌دهند. اشتباه بزرگ این است که همه پارس‌ها را یک‌جور ببینیم و یک راه‌حل واحد برایشان بخواهیم. پارس‌ها که از سر ترس است با پارس‌ها که برای جلب توجه است، علت و درمان کاملاً متفاوتی دارد.

پس اولین و مهم‌ترین گام، تبدیل شدن به یک کارآگاه است: چند روز با دقت مشاهده کنید سگ شما در چه موقعیت‌هایی، به چه چیزی و با چه حالتی پارس می‌کند. آیا کسی از در رد می‌شود؟ آیا تنهاست؟ آیا چیزی می‌خواهد؟ آیا از چیزی می‌ترسد؟ وقتی علت را شناختید، نیمی از راه را رفته‌اید.

☆ نکته طلایی

هرگز برای ساکت کردن سگی که پارس می‌کند، سرش داد نزنید. از نگاه سگ، صدای بلند شما مثل این است که شما هم دارید «با او پارس می‌کنید»؛ این کار اغلب هیجان و پارس را بیشتر می‌کند، نه کمتر.

۲ انواع پارس و راه‌حل هر کدام

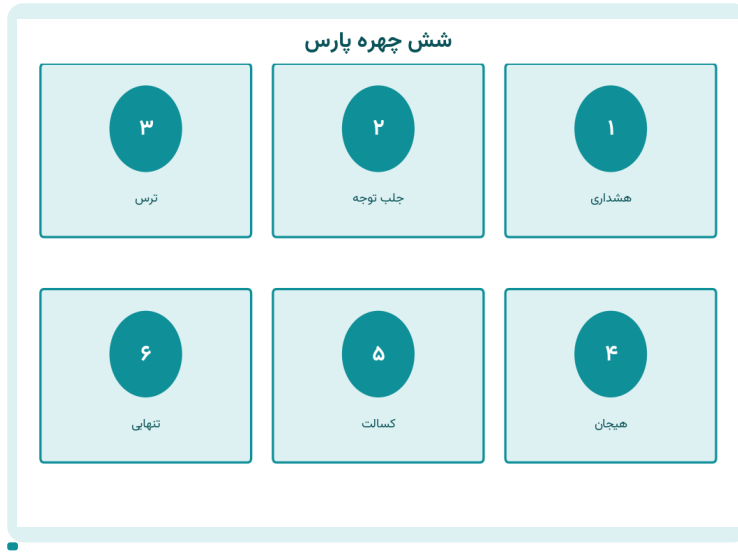
بیاید رایج‌ترین انواع پارس را بشناسیم. برای هر نوع، رویکرد درمانی متفاوت است، اما یک اصل مشترک در همه هست: به‌جای صرف سرکوب صدا، نیاز یا علت زیربنایی را برطرف می‌کنیم و رفتار جایگزین آرام را پاداش می‌دهیم.

نوع پارس	نشانه / موقعیت	رویکرد کلی
هشدار	به صدا یا عبور کسی	تشکر کوتاه، هدایت به آرامش

نوع پارس	نشانه / موقعیت	رویکرد کلی
جلب توجه	وقتی چیزی می‌خواهد	بی‌توجهی به پارس، پاداش سکوت
از سر ترس	بدن جمع، عقب‌رونده	حساسیت‌زدایی، دورکردن از محرک
هیجان/بازی	هنگام هیجان زیاد	کاهش هیجان، آموزش خویشتن‌داری
کسالت/انرژی بی‌کار		ورزش و سرگرمی بیشتر
تنهایی	هنگام تنها ماندن	کار روی اضطراب جدایی

نکته

گاهی یک سگ به چند دلیل مختلف پارس می‌کند. لازم نیست همه را هم‌زمان حل کنید؛ از پرتکرارترین یا آزاردهنده‌ترین نوع شروع کنید.



شکل ۱-۱۷ شناخت نوع پارس، اولین گام درمان است.

۳ پارس برای جلب توجه

این نوع پارس بسیار رایج است و جالب اینجاست که معمولا ما خودمان ناخواسته آن را ساخته‌ایم. وقتی سگ پارس می‌کند و ما - حتی با نگاه کردن، حرف زدن یا غذا دادن برای ساکت کردنش - واکنش نشان می‌دهیم، در واقع به او یاد داده‌ایم که «پارس = توجه می‌گیرم». از نگاه سگ، حتی توجه منفی (دعوا) هم نوعی توجه است.

راه حل دو بخش دارد: اول، پارس جلب توجه را کاملا بی‌پاسخ بگذارید (نه نگاه، نه حرف، نه لمس)؛ دوم، لحظه‌هایی که سگ آرام و ساکت است را فعالانه پاداش بدهید. این‌طور رابطه برعکس می‌شود: سکوت توجه می‌آورد، نه پارس. آماده باشید که در روزهای اول پارس ممکن است بدتر شود (سگ بیشتر تلاش می‌کند)؛ این نشانه آن است که روش دارد کار می‌کند، پس کوتاه نپایید.

گام به گام

برعکس کردن معادله:

- هنگام پارس جلب توجه، کاملاً بی‌اعتنا بمانید؛ رو برگردانید و هیچ واکنشی ندهید.
- لحظه‌ای که سگ حتی برای چند ثانیه ساکت شد، فوراً توجه و پاداش بدهید.
- به تدریج مدت سکوت لازم برای پاداش را بیشتر کنید.
- همه اعضای خانه باید این روش را یکسان اجرا کنند.

اشتباه رایج

بزرگ‌ترین اشتباه، بی‌ثباتی است: ده بار پارس را نادیده بگیرید و بار یازدهم تسلیم شوید. این کار به سگ می‌آموزد که اگر فقط به اندازه کافی اصرار کند، بالاخره برنده می‌شود - و پارس را سرسخت‌تر می‌کند.

۴ پارس هشدار و آموزش «ساکت»

پارس هشدار - مثلاً وقتی کسی از در رد می‌شود یا زنگ به صدا درمی‌آید - تا حدی طبیعی و حتی مفید است. هدف ما حذف کامل آن نیست، بلکه کنترل آن است: سگ اجازه دارد چند بار هشدار بدهد، اما باید یاد بگیرد با دستور شما آرام شود. برای این کار، ابتدا به یک دستور «ساکت» نیاز داریم.

نکته کلیدی در آموزش «ساکت» این است که ابتدا باید لحظه سکوت را شکار کنیم. نمی‌توان به سگی که نمی‌داند «ساکت» یعنی چه، با گفتن آن کلمه او را آرام کرد؛ اول باید کلمه را به حالت سکوت پیوند بزنیم.

۱. بگذارید سگ یکی دو بار هشدار بدهد، سپس با لحنی آرام (نه فریاد) بگویید «ساکت».
۲. همان لحظه یک تکه غذا جلوی بینی‌اش بگیرید؛ سگ برای بوکردن غذا، طبیعتاً پارس را قطع می‌کند.
۳. لحظه سکوت، نشانه («آفرین») بدهید و غذا را بدهید.
۴. با تکرار، کلمه «ساکت» را با قطع پارس پیوند بزنید.
۵. به تدریج بین گفتن «ساکت» و دادن غذا فاصله بیندازید تا سگ اول ساکت بماند، بعد پاداش بگیرد.

♦ مثال واقعی

یک ترفند مفید برای پارس زنگ در: به سگ آموزش دهید هنگام شنیدن زنگ، به «جای خودش» (تشک) برود؛ این به او یک کار جایگزین می‌دهد و رفتنش به تشک را پاداش می‌دهید. سگ نمی‌تواند هم‌زمان روی تشک آرام باشد و دیوانه‌وار پارس کند.

★ نکته طلایی

اگر سگ هشدار می‌دهد، اول با یک «ممنون» یا «دیدم» کوتاه نشان دهید پیامش را دریافت کرده‌اید، بعد «ساکت» را بخواهید. سگ‌ها گاهی فقط می‌خواهند مطمئن شوند که شما متوجه «خطر» شده‌اید.

۵ پارس از کسالت و مدیریت محیط

بخش بزرگی از پارس‌های آزاردهنده، ریشه در کسالت و انرژی تخلیه‌نشده دارد - موضوعی که در فصل ورزش و سرگرمی مفصل گفتیم. سگی که به‌اندازه کافی ورزش بدنی و سرگرمی ذهنی دارد، انرژی و انگیزه کمتری برای پارس بی‌هدف دارد. پیش از هر تکنیک پیچیده‌ای، از خودتان بپرسید آیا نیازهای پایه سگ برآورده شده است.

مدیریت محیط هم نقش مهمی دارد. اگر سگ با دیدن رهگذران از پنجره پارس می‌کند، بستن پرده یا محدودکردن دسترسی به آن پنجره می‌تواند محرک را حذف کند. اگر با صداهای بیرون تحریک می‌شود، یک صدای زمینه ملایم می‌تواند کمک کند. حذف یا کاهش محرک، گاهی ساده‌ترین و سریع‌ترین راه‌حل است.

- ورزش و سرگرمی روزانه کافی، انگیزه پارس ناشی از کسالت را کم می‌کند.
- اگر محرک دیداری است (پنجره)، با پرده یا تغییر دسترسی آن را حذف کنید.
- اسباب‌بازی‌های فکری، ذهن سگ را هنگام تنهایی مشغول نگه می‌دارند.
- محیط آرام و قابل‌پیش‌بینی، سطح کلی هیجان و پارس را پایین می‌آورد.

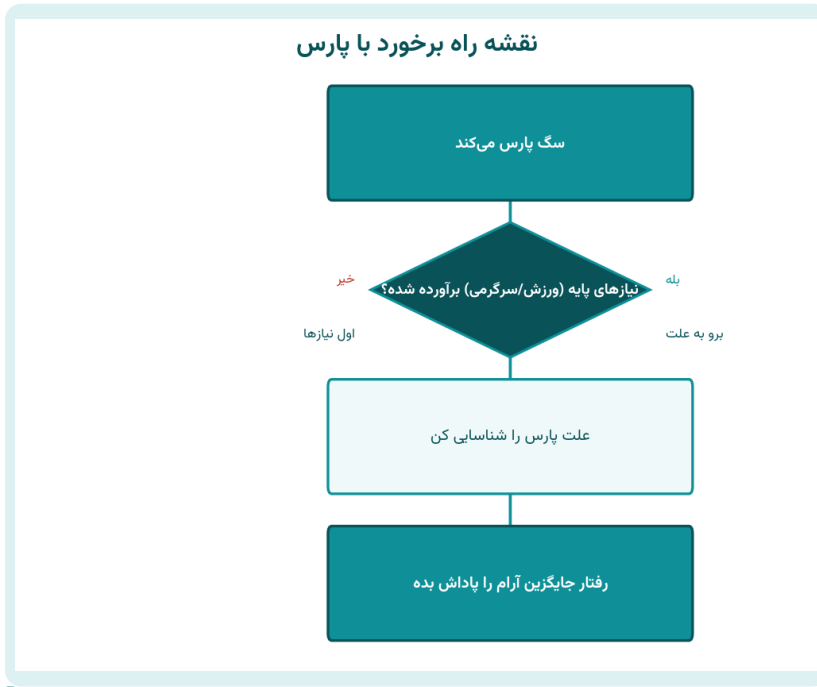
! هشدار جدی

از وسایل ضدپارس مبتنی بر تنبیه (مثل قلاده‌های شوک یا اسپری‌های آزاردهنده) استفاده نکنید. این‌ها علت را درمان نمی‌کنند، رنج و ترس ایجاد می‌کنند و می‌توانند به مشکلات رفتاری جدی‌تر منجر شوند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: همسایه‌ها از پارس سگم وقتی تنهاست شکایت دارند؛ چه کنم؟

پاسخ: پارس هنگام تنهایی اغلب به اضطراب جدایی یا کسالت مربوط است. به فصل اضطراب جدایی مراجعه کنید، سطح ورزش و سرگرمی را بالا ببرید و در صورت تداوم از متخصص رفتار کمک بگیرید. با همسایه‌ها هم با احترام و توضیح برنامه اصلاحی، تعامل کنید.



شکل ۲-۱۷ مسیر تصمیم‌گیری برای کنترل پارس.

۶ پارس شبانه و پارس هنگام تنهایی

دو شکل از پارس که بیشترین دردسر را - به‌ویژه در آپارتمان - ایجاد می‌کنند، پارس شبانه و پارس هنگام تنهایی است. پارس شبانه می‌تواند دلایل گوناگونی داشته باشد: شنیدن صداهای بیرون، نیاز به دستشویی، کسالت، یا اضطراب. پیش از هر اقدامی، علت را بررسی کنید. گاهی یک محل خواب آرام‌تر و دورتر از پنجره، یا تخلیه کافی انرژی پیش از خواب، بخش بزرگی از مشکل را حل می‌کند.

پارس هنگام تنهایی اغلب به کسالت یا اضطراب جدایی برمی‌گردد. اگر سگ به‌محض تنها ماندن

شروع به پارس و زوزه ممتد می‌کند، احتمالا موضوع فراتر از کسالت است و به فصل اضطراب جدایی مربوط می‌شود. در هر صورت، تخلیه انرژی پیش از تنها گذاشتن سگ، فراهم کردن سرگرمی (مثل اسباب‌بازی فکری)، و ورود و خروج بی‌هیاهو، از شدت مشکل می‌کاهند. این موضوع در آپارتمان، به‌خاطر همسایگان، اهمیت دوچندان دارد.



شکل ۳-۱۷ پارس شبانه و هنگام تنهایی را با شناخت علت و کاهش محرک مدیریت کنید.

- علت پارس شبانه را بررسی کنید: صدا، نیاز به دستشویی، کسالت یا اضطراب.
- محل خواب را آرام و دور از پنجره و محرک‌های صوتی قرار دهید.
- پیش از خواب یا تنها گذاشتن سگ، انرژی‌اش را با ورزش تخلیه کنید.
- برای ساعات تنهایی، سرگرمی (اسباب‌بازی فکری یا جویدنی) فراهم کنید.
- اگر پارس هنگام تنهایی ممتد و همراه با پریشانی است، به فصل اضطراب جدایی بروید.

هشدار جدی !

داد زدن یا تنبیه برای پارس شبانه، معمولا اوضاع را بدتر می‌کند و خواب همه را بیشتر به هم می‌ریزد. به‌جای واکنش هیجانی، علت را برطرف کنید.

☆ نکته طلایی

در آپارتمان، مدیریت پارس هنگام تنهایی، هم به آرامش سگ کمک می‌کند و هم به رابطه خوب با همسایگان. این سرمایه‌گذاری، ارزشش را دارد.

ابزارهای ضدپارس: چرا توصیه نمی‌شوند

در بازار، ابزارهای گوناگونی برای «توقف پارس» تبلیغ می‌شوند. از قلاده‌های اسپری‌پاش تا انواع شوک‌دهنده. این ابزارها وسوسه‌انگیزند چون وعده راه‌حل سریع می‌دهند، اما این کتاب استفاده از آن‌ها را توصیه نمی‌کند. دلیلش روشن است: این ابزارها بر پایه ایجاد درد، ترس یا ناراحتی کار می‌کنند و به علت اصلی پارس نمی‌پردازند. فقط نشانه را سرکوب می‌کنند.

مشکل بزرگ‌تر این است که سرکوب مبتنی بر ترس می‌تواند عوارض جدی داشته باشد: افزایش اضطراب، ترس، و حتی پرخاشگری. سگی که به‌خاطر پارس تنبیه می‌شود، ممکن است یاد بگیرد که محیط یا محرک‌ها خطرناک‌اند، و این می‌تواند مشکلات رفتاری عمیق‌تری ایجاد کند. راه‌حل درست و پایدار، شناخت علت پارس (که در این فصل گفتیم) و آموزش مبتنی بر پاداش است. نه ابزارهایی که فقط صدا را خاموش می‌کنند اما رنج را بیشتر.

! هشدار جدی

از ابزارهای ضدپارس مبتنی بر شوک، اسپری‌آزاردنده یا هر روش دردزا پرهیز کنید. این ابزارها علت را درمان نمی‌کنند، رنج و ترس ایجاد می‌کنند و می‌توانند به اضطراب و پرخاشگری منجر شوند.

- ابزارهای ضدپارس فقط نشانه را سرکوب می‌کنند، نه علت را.
- سرکوب مبتنی بر ترس می‌تواند اضطراب و پرخاشگری ایجاد کند.
- راه‌حل پایدار، شناخت علت پارس و آموزش مبتنی بر پاداش است.
- وعده «راه‌حل سریع» این ابزارها معمولا به قیمت رفاه سگ تمام می‌شود.
- در موارد دشوار، به‌جای ابزار، از متخصص رفتار مبتنی بر روش‌های مثبت کمک بگیرید.

☆ نکته طلایی

خاموش‌کردن صدای پارس با درد، مشکل را حل نمی‌کند. فقط آن را پنهان و گاهی بدتر می‌کند. به علت بپردازید، نه به علامت.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « پارس زبان سگ است؛ اول علت آن را بشناسید، چون هر علت درمان خود را دارد.
- « داد زدن سر سگ، اغلب پارس را بیشتر می‌کند نه کمتر.
- « پارس جلب‌توجه را بی‌پاسخ بگذارید و سکوت را فعالانه پاداش دهید.
- « برای پارس هشدار، دستور «ساکت» را با شکار لحظه سکوت آموزش دهید.
- « ورزش، سرگرمی و مدیریت محیط، بسیاری از پارس‌ها را از ریشه کم می‌کنند.

■ پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چرا وقتی سرش داد می‌زنم بدتر پارس می‌کند؟
پاسخ: چون صدای بلند شما را نوعی همراهی یا توجه می‌بیند و هیجانش بیشتر می‌شود. آرامش شما، ابزار موثرتری از فریاد است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا نژاد در پارس زیاد نقش دارد؟
پاسخ: بله، برخی نژادها ذاتاً پرپارس‌ترند. این را نمی‌توان حذف کرد، اما با آموزش و برآوردن نیازها می‌توان آن را به سطح قابل‌مدیریت رساند. در انتخاب نژاد این را در نظر بگیرید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: قلاده ضدپارس بخرم؟
پاسخ: توصیه نمی‌شود. وسایل مبتنی بر شوک یا تنبیه، علت را حل نمی‌کنند و رنج و ترس ایجاد می‌کنند. روی شناخت علت و آموزش مثبت تمرکز کنید.

✓ همین امروز چه کنم؟

- چند روز یادداشت کنید سگ‌تان کجا، کی و چرا پارس می‌کند.
- اگر پارس جلب‌توجه دارید، از امروز بی‌توجهی به پارس و پاداش سکوت را شروع کنید.
- یک محرک دیداری پارس (مثل پنجره) را با تغییر محیط مدیریت کنید.

فصل

۱۸

اضطراب جدایی

بسیاری از خرابکاری‌های هنگام تنهایی، فریاد یک ذهن مضطرب است، نه لجبازی.

در این فصل می‌خوانید

- نشانه‌های اضطراب جدایی
- حساسیت‌زدایی تدریجی از تنهایی
- ساختن روال خروج و بازگشت آرام
- کمک‌های مکمل و زمان مراجعه به متخصص

اضطراب جدایی، یکی از سخت‌ترین و دل‌خراش‌ترین مشکلات رفتاری است؛ سگی که از تنهایی به شدت رنج می‌برد. اما خبر خوب این است که با صبر، برنامه تدریجی و گاه کمک متخصص، می‌توان به سگ آموخت که تنهایی، ترسناک نیست.

۱ اضطراب جدایی چیست؟

اضطراب جدایی، حالتی است که در آن سگ هنگام تنها ماندن یا جداشدن از فرد محبوبش، دچار ترس و استیصال واقعی می‌شود. این با «شیطنت هنگام تنهایی» فرق دارد؛ سگ مضطرب در حال رنج‌کشیدن است، نه لجبازی. درک این تفاوت حیاتی است، چون رفتارهای ناشی از اضطراب را به هیچ‌وجه نباید تنبیه کرد - تنبیه ترس، فقط ترس را بیشتر می‌کند.

شدت این مشکل متفاوت است؛ از بی‌قراری خفیف تا وحشت کامل. در موارد شدید، سگ ممکن است به خود یا خانه آسیب بزند. هرچه زودتر و آرام‌تر به آن رسیدگی شود، نتیجه بهتر است. مهم است بدانید این یک مشکل رفتاری قابل‌کار است، نه یک ویژگی تغییرناپذیر.

تعریف: اضطراب جدایی

ترس و پریشانی واقعی سگ هنگام جداشدن از فرد دلبسته یا تنها ماندن، که به شکل رفتارهایی مثل پارس ممتد، تخریب یا بی‌اختیاری بروز می‌کند.

! هشدار جدی

رفتارهای ناشی از اضطراب جدایی (تخریب، پارس، دستشویی) را هرگز تنبیه نکنید. این رفتارها نشانه رنج‌اند، نه نافرمانی؛ تنبیه، اضطراب و در نتیجه رفتار را بدتر می‌کند.

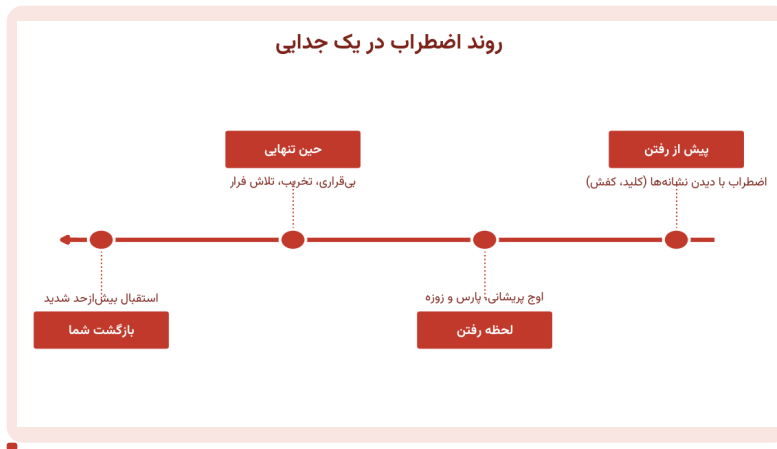
۲ نشانه‌های اضطراب جدایی

اضطراب جدایی نشانه‌های نسبتاً مشخصی دارد، به‌ویژه اینکه این رفتارها معمولاً فقط هنگام تنهایی یا جدایی رخ می‌دهند. اگر سگ این کارها را فقط وقتی تنهاست انجام می‌دهد و در حضور شما آرام است، احتمال اضطراب جدایی بالاست. برای تشخیص دقیق، می‌توانید رفتار سگ را هنگام نبودنتان (مثلاً با ضبط ویدئو) بررسی کنید.

- پارس، زوزه یا ناله ممتد بلافاصله پس از رفتن شما.
- تخریب، به‌ویژه نزدیک درها و پنجره‌ها (تلاش برای فرار و رسیدن به شما).
- دستشویی در خانه، با وجود آموزش کامل توالت.
- بی‌قراری شدید، قدم‌زدن مداوم یا آب‌وتاب افتادن.
- نشانه‌های اضطراب پیش از رفتن (هنگام برداشتن کلید یا پوشیدن کفش).
- استقبال بیش‌ازحد شدید و طولانی هنگام بازگشت شما.

نکته

تشخیص اضطراب جدایی از کسالت یا کمبود آموزش گاهی سخت است. اگر مطمئن نیستید، مشاهده رفتار سگ هنگام تنهایی و مشورت با دامپزشک یا متخصص رفتار کمک می‌کند.



شکل ۱-۱۸ الگوی زمانی رفتار در اضطراب جدایی.

۳ پیش‌گیری: بهترین درمان

اگر هنوز با اضطراب جدایی روبه‌رو نشده‌اید، پیش‌گیری بسیار آسان‌تر از درمان است. همان‌طور که در فصل تنها ماندن گفتیم، از همان ابتدا به سگ بیاموزید که تنهایی موقتی و بی‌خطر است. این کار به‌ویژه برای توله‌سگ‌ها و سگ‌های تازه‌وارد اهمیت دارد. دو ابزار کلیدی پیش‌گیری، استقلال تدریجی و رفت‌وآمد بی‌هیاهوست.

- از ابتدا جدایی‌های کوتاه و تدریجی را تمرین کنید (حتی وقتی خانه‌اید، در اتاق دیگری بمانید).
- ورود و خروج را آرام و بی‌هیجان نگه دارید تا رفتن و آمدن، اتفاق بزرگی جلوه نکند.

- به سگ یاد بدهید به تنهایی و به شکل مستقل بازی و استراحت کند.
- یک فضای امن و راحت (کنل یا گوشه دنج) فراهم کنید که سگ در آن احساس امنیت کند.
- پیش از رفتن، سگ را با ورزش و سرگرمی کمی خسته و آرام کنید.

☆ نکته طلایی

سگ‌ها نباید همیشه و هر لحظه به ما چسبیده باشند. تشویق استقلال سالم از توله‌گی - مثل بازی مستقل و ماندن در اتاق دیگر - بهترین سیر در برابر اضطراب جدایی است.

۴ درمان: حساسیت‌زدایی تدریجی

اگر سگ شما اضطراب جدایی دارد، اساس درمان، حساسیت‌زدایی تدریجی است: به سگ می‌آموزیم که جدایی‌های بسیار کوتاه بی‌خطرند و سپس مدت را آن‌قدر آهسته بیشتر می‌کنیم که هرگز به آستانه وحشت نرسد. این فرایند کند است و عجله در آن نتیجه را خراب می‌کند؛ هر بار که سگ به وحشت بیفتد، یک گام به عقب برمی‌گردیم.

بخش دیگری از کار، خنثی‌کردن «نشانه‌های پیش از رفتن» است. سگ یاد گرفته که برداشتن کلید یا پوشیدن کفش یعنی تنهایی در راه است و همان‌جا مضطرب می‌شود. با تکرار این نشانه‌ها بدون اینکه واقعا بروید (مثلا کلید را بردارید و بنشینید)، این پیوند ترسناک را کم‌رنگ می‌کنیم.

◀ برنامه درمانی

حساسیت‌زدایی گام‌به‌گام:

- نشانه‌های رفتن (کلید، کفش) را بارها بدون رفتن تکرار کنید تا بی‌اهمیت شوند.
- از جدایی‌های چندثانیه‌ای (پشت در بسته) شروع کنید و پیش از اضطراب برگردید.
- مدت را بسیار آهسته بیشتر کنید؛ ثانیه‌ها، سپس دقیقه‌ها، در طول روزها و هفته‌ها.
- اگر در مدتی سگ مضطرب شد، به مدت کوتاه‌تر موفق برگردید و آرام‌تر پیش بروید.
- ورود و خروج را همیشه بی‌هیاهو نگه دارید.

◆ مثال واقعی

یک کمک موثر: درست هنگام رفتن، یک اسباب‌بازی پرشدنی با غذای محبوب به سگ بدهید که فقط همان موقع در دسترس است. این کار هم سگ را مشغول می‌کند و هم رفتن شما را با یک اتفاق خوب پیوند می‌زند.

اشتباه رایج

شتاب‌زدگی، رایج‌ترین علت شکست درمان است. پریدن از چند ثانیه به چند ساعت، سگ را به وحشت می‌اندازد و کل پیشرفت را خنثی می‌کند. صبر، مهم‌ترین داروی این مسیر است.

۵ چه وقت به متخصص مراجعه کنیم؟

اضطراب جدایی متوسط تا شدید، یکی از مواردی است که کمک‌گرفتن از متخصص رفتار یا دامپزشک، نه نشانه ضعف، بلکه کار درست و مسئولانه است. اگر سگ به خود آسیب می‌زند، اگر با وجود تلاش مداوم پیشرفتی دیده نمی‌شود، یا اگر شدت اضطراب زیاد است، وقت آن است که از یک متخصص کمک بگیرید.

در برخی موارد شدید، دامپزشک ممکن است در کنار برنامه رفتاری، مداخلات پزشکی را هم در نظر بگیرد. این تصمیم کاملاً در حیطه تخصص دامپزشک است و نباید خودسرانه و بدون نسخه اقدام شود. هدف از این مداخلات، کاهش سطح اضطراب تا حدی است که سگ بتواند یاد بگیرد - نه جایگزینی آموزش.

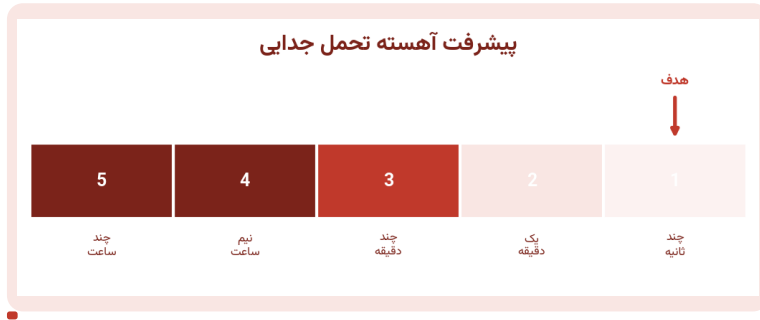
! هشدار جدی

هیچ دارو یا مکملی را برای آرام‌کردن سگ بدون تجویز دامپزشک به او ندهید. درمان دارویی اضطراب، فقط با نظر و نظارت دامپزشک و در کنار برنامه رفتاری معنا دارد.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا گرفتن یک سگ دوم، اضطراب جدایی سگم را حل می‌کند؟

پاسخ: نه لزوماً. اضطراب جدایی اغلب به دلبستگی به انسان مربوط است، نه صرف تنهایی. سگ دوم ممکن است کمک کند یا نکند و خودش مسئولیت و هزینه تازه‌ای است. این تصمیم را به‌عنوان راه‌حل اضطراب نگیرید.

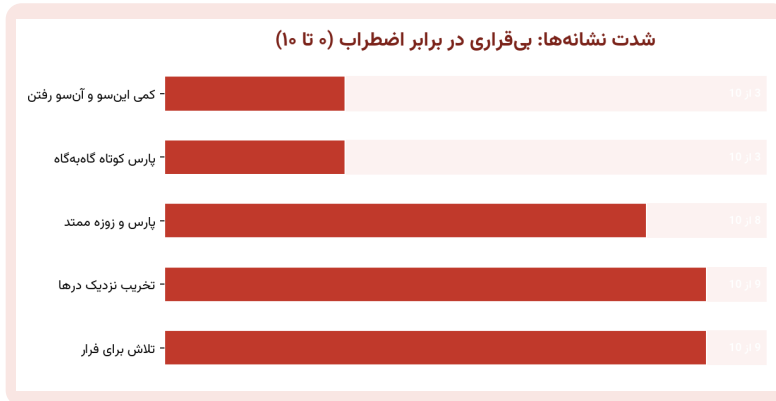


شکل ۲-۱۸ مدت جدایی را آنقدر آهسته زیاد کنید که سگ هرگز به وحشت نرسد.

۶ تفاوت بی‌قراری معمولی با اضطراب جدایی

هر سگی که هنگام تنهایی کمی بی‌قرار است، لزوماً اضطراب جدایی ندارد. تشخیص تفاوت این دو مهم است، چون رویکرد متفاوتی می‌طلبند. بی‌قراری معمولی یا کسالت، معمولاً خفیف است: سگ شاید کمی این‌سو و آن‌سو برود، چند باری پارس کند یا اسباب‌بازی‌اش را بجود، اما در کل آرام می‌گیرد و دچار پریشانی شدید نمی‌شود. این حالت اغلب با ورزش و سرگرمی بیشتر بهبود می‌یابد.

اضطراب جدایی اما عمیق‌تر و شدیدتر است: پریشانی واقعی که بلافاصله پس از رفتن شروع می‌شود و با نشانه‌هایی مثل پارس و زوزه ممتد، تخریب (به‌ویژه نزدیک درها)، دستشویی با وجود آموزش، و تلاش برای فرار همراه است. اگر مطمئن نیستید، می‌توانید رفتار سگ را هنگام تنهایی ضبط کنید؛ این کار به تشخیص شدت و نوع مشکل کمک می‌کند. در موارد شدید، مشورت با متخصص ضروری است.



شکل ۳-۱۸ نشانه‌های خفیف معمولاً کسالت‌اند؛ نشانه‌های شدید به اضطراب جدایی اشاره دارند.

- بی‌قراری خفیف: معمولاً کسالت است و با ورزش و سرگرمی بهبود می‌یابد.
- پریشانی شدید بلافاصله پس از رفتن: نشانه احتمالی اضطراب جدایی است.
- تخریب متمرکز نزدیک درها و پنجره‌ها، نشانه تلاش برای رسیدن به شماست.
- برای تشخیص دقیق‌تر، رفتار سگ را هنگام تنهایی ضبط و بررسی کنید.
- در موارد شدید یا مطمئن‌نبودن، با دامپزشک یا متخصص رفتار مشورت کنید.

نکته

تشخیص قطعی اضطراب جدایی و تمایز آن از علل دیگر (مثل کسالت یا مشکل پزشکی)، گاهی به ارزیابی تخصصی نیاز دارد. در صورت تردید، نظر دامپزشک یا متخصص رفتار را بگیرید.

نکته طلایی

نه هر بی‌قراری اضطراب جدایی است، و نه هر اضطرابی را باید دست‌کم گرفت. تشخیص درست، اولین گام برای انتخاب رویکرد مناسب است.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « اضطراب جدایی، رنج واقعی سگ از تنهایی است، نه لج‌بازی؛ هرگز تنبیه نکنید.
- « نشانه‌ها معمولاً فقط هنگام تنهایی رخ می‌دهند؛ مشاهده به تشخیص کمک می‌کند.
- « پیش‌گیری با استقلال‌تدریجی و رفت‌وآمد بی‌هیاهو، بسیار آسان‌تر از درمان است.

- « درمان، حساسیت‌زدایی تدریجی و آهسته است؛ شتاب، نتیجه را خراب می‌کند.
- « در موارد متوسط تا شدید، کمک‌گرفتن از متخصص و دامپزشک کار درست است.

■ پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: از کجا بفهمم اضطراب جدایی است یا فقط کسالت؟

پاسخ: اضطراب جدایی معمولاً بلافاصله پس از رفتن شروع می‌شود، با نشانه‌های پریشانی همراه است و اغلب نزدیک درها رخ می‌دهد. مشاهده رفتار هنگام تنهایی و مشورت با متخصص کمک می‌کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: درمان چقدر طول می‌کشد؟

پاسخ: بسته به شدت، ممکن است هفته‌ها تا ماه‌ها طول بکشد. این یک ماراتن است نه دوی سرعت؛ پیشرفت آهسته اما پایدار، هدف واقع‌بینانه است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: می‌توانم همان اول مدت طولانی بیرون بمانم تا عادت کند؟

پاسخ: نه. این روش (غرق‌کردن در ترس) معمولاً اضطراب را بدتر می‌کند. باید از جدایی‌های بسیار کوتاه و زیر آستانه ترس شروع کنید و تدریجی جلو بروید.

✓ همین امروز چه کنم؟

- چند روز رفتار سگ‌تان را هنگام تنهایی مشاهده یا ضبط کنید تا شدت را بسنجید.
- از امروز ورود و خروج را کاملاً بی‌هیاهو کنید.
- اگر اضطراب شدید است، با دامپزشک یا متخصص رفتار برای برنامه درمانی مشورت کنید.

فصل

۱۹

ترس و پرخاشگری

پرخاشگری معمولاً نقاب ترس است؛ با درک و ایمنی، مسیر بهبود باز می‌شود.

در این فصل می‌خوانید

- ریشه‌های ترس و پرخاشگری
- ایمنی اول؛ مدیریت موقعیت‌های خطرناک
- حساسیت‌زدایی و شرطی‌سازی متقابل
- رمز کار خانگی و ارجاع به متخصص

ترس و پرخاشگری، حساس‌ترین موضوع این کتاب‌اند و نیاز به احتیاط ویژه دارند. بیشتر پرخاشگری‌ها ریشه در ترس دارند، نه بدجنسی. این فصل به شما کمک می‌کند ریشه‌ها را بفهمید، ایمنی را در اولویت بگذارید و بدانید کی حتما باید سراغ متخصص بروید.

! هشدار جدی

این فصل یک راهنمای کلی و آگاهی‌بخش است، نه جایگزین کمک حضوری. پرخاشگری می‌تواند خطرناک باشد و آموزش آن نیاز به ارزیابی حضوری دارد. اگر سگ شما گاز گرفته، تهدید جدی می‌کند یا رفتار پرخاشگرانه‌اش رو به افزایش است، پیش از هر اقدامی با یک متخصص رفتار سگ یا دامپزشک متخصص رفتار مشورت کنید. ایمنی شما و اطرافیان مهم‌تر از هر چیز است.

۱ ریشه ترس و پرخاشگری

برای درک پرخاشگری، باید از یک باور غلط رایج فاصله بگیریم: اینکه سگ پرخاشگر، سگی «بد» یا «سلطه‌جو» است. در واقع، اکثریت قاطع رفتارهای پرخاشگرانه، ریشه در ترس، درد یا احساس تهدید دارند. سگی که می‌ترسد، چهار واکنش ممکن دارد: فرار، خشک‌شدن، تظاهر به دوستی، یا حمله. وقتی راه فرار بسته باشد یا تجربه قبلی نشان داده باشد که فقط حمله جواب می‌دهد، سگ به پرخاشگری روی می‌آورد.

درد و بیماری هم می‌توانند علت ناگهانی پرخاشگری باشند؛ سگی که جایی از بدنش درد می‌کند، ممکن است هنگام لمس آن ناحیه واکنش تند نشان دهد. به همین دلیل، اگر سگی که قبلاً آرام بوده ناگهان پرخاشگر شده، اولین قدم، معاینه کامل دامپزشکی برای رد علت جسمی است. پرخاشگری همیشه یک «پیام» است؛ وظیفه ما رمزگشایی آن پیام است، نه سرکوب پیام‌رسان.

☆ نکته طلایی

پرخاشگری معمولاً علامت است، نه علت. سگ نمی‌خواهد «رئیس» شود؛ او می‌ترسد، درد دارد یا احساس می‌کند چیزی (غذا، فضا، امنیتش) تهدید می‌شود. درمان درست، با یافتن آن ترس یا تهدید آغاز می‌شود.

! هشدار جدی

اگر پرخاشگری ناگهانی و بدون سابقه ظاهر شد، پیش از هر کار به دامپزشک مراجعه کنید؛ درد و بیماری می‌توانند علت پنهان باشند.

۲ نردبان هشدار: زبان بدن پیش از گاز

سگ‌ها تقریباً همیشه پیش از گازگرفتن، هشدار می‌دهند؛ اما این هشدارها اغلب نادیده گرفته یا اشتباه فهمیده می‌شوند. سگ از نشانه‌های ظریف شروع می‌کند و اگر این نشانه‌ها جواب نگیرند، به تدریج به نشانه‌های شدیدتر می‌رسد. شناخت این «نردبان هشدار» می‌تواند از گازگرفتن پیش‌گیری کند، چون به شما می‌گوید کی باید عقب بکشید.

نکته بسیار مهم: هرگز سگ را برای غرش کردن تنبیه نکنید. غرش، هشدار صادقانه سگ است؛ اگر آن را تنبیه کنید، سگ یاد می‌گیرد هشدار ندهد و مستقیم به گاز برسد - که بسیار خطرناک‌تر است. غرش را به عنوان اطلاعات ارزشمند بپذیرید و به سگ فضا بدهید.

پله هشدار	نشانه	واکنش شما
۱ - خفیف	رو برگرداندن، لیسیدن لب، خمیازه	فاصله بده، فشار نیاور
۲ - متوسط	خشک شدن بدن، خیره سفت	موقعیت را تغییر بده
۳ - آشکار	غرش، نشان دادن دندان	فورا عقب بکش، تهدید را بردار
۴ - شدید	خیز برداشتن، گاز هوا	وضعیت خطرناک، متخصص لازم است

اشتباه رایج

تنبیه کردن سگ برای غرش، یکی از خطرناک‌ترین اشتباه‌هاست. غرش هشدار است؛ حذف هشدار با تنبیه، سگی می‌سازد که «بی‌مقدمه» گاز می‌گیرد. به غرش احترام بگذارید و علت آن را برطرف کنید.



شکل ۱۹-۱: هرچه زودتر در این نردبان واکنش نشان دهید، ایمن‌تر است.

۳ ایمنی، اولویت نخست

پیش از هر تلاشی برای آموزش، باید ایمنی را تضمین کنید. مدیریت محیط - یعنی جلوگیری از موقعیت‌هایی که پرخاشگری در آن‌ها رخ می‌دهد - هم از آسیب جلوگیری می‌کند و هم نمی‌گذارد سگ با تکرار رفتار، در آن «تمرین» و ماهرتر شود. هر بار که پرخاشگری اتفاق می‌افتد، آن مسیر عصبی تقویت می‌شود؛ پس پیش‌گیری، خودش بخشی از درمان است.

- محرک‌های پرخاشگری را شناسایی و تا حد ممکن از آن‌ها دوری کنید.
- در موقعیت‌های پرخطر (مثلاً نزدیک شدن غریبه‌ها)، از بند و در صورت لزوم پوزه‌بند آموزش‌دیده‌شده استفاده کنید.
- کودکان را هرگز بدون نظارت کامل با سگ تنها نگذارید، به‌ویژه اگر سابقه واکنش هست.
- به سگ یک فضای امن بدهید که هیچ‌کس مزاحمش نشود، به‌خصوص هنگام غذا و خواب.
- محیط را طوری بچینید که سگ مجبور به مواجهه ناگهانی با محرک نشود.

نکته

عادت دادن تدریجی و مثبت سگ به پوزه‌بند (به‌عنوان وسیله ایمنی، نه تنبیه) ارزشمند است؛ پوزه‌بندی که سگ با آن راحت است، در موقعیت‌های پرخطر و حتی نزد دامپزشک، ایمنی را بالا می‌برد.

هشدار جدی

اگر در خانه کودک، سالمند یا فرد آسیب‌پذیر هست و سگ سابقه پرخاشگری دارد، ایمنی آن‌ها مطلقاً در اولویت است. تا پیش از ارزیابی و کنترل وضعیت توسط متخصص، از تماس‌های پرخطر کاملاً جلوگیری کنید.

۴ اصول حساسیت‌زدایی و شرطی‌سازی مثبت

روش علمی و انسانی برای کار روی ترس و پرخاشگری ترس‌بنیان، ترکیب دو تکنیک است: حساسیت‌زدایی (ارائه محرک ترسناک از فاصله‌ای که سگ هنوز آرام است) و شرطی‌سازی مثبت (همراه‌کردن آن محرک با چیزهای فوق‌العاده خوب). هدف این است که مغز سگ به تدریج محرک را از «تهدید» به «نشانه اتفاق خوب» بازتعریف کند.

کلید موفقیت، مفهوم «آستانه» است: فاصله یا شدتی که در آن، سگ محرک را می‌بیند اما هنوز به واکنش نیفتاده. تمام کار باید زیر این آستانه انجام شود. اگر سگ به واکنش بیفتد، یعنی خیلی نزدیک شده‌اید و باید فاصله را بیشتر کنید. این فرایند بسیار تدریجی است و در موارد پرخاشگری، قویاً توصیه می‌شود زیر نظر متخصص انجام شود.

تعریف: آستانه واکنش

نقطه‌ای (از نظر فاصله یا شدت محرک) که سگ تا پیش از آن آرام است و پس از آن به ترس یا پرخاشگری می‌افتد. تمام آموزش باید زیر این آستانه باشد.

چارچوب درمان

اصل کلی (با راهنمایی متخصص):

- محرک را از فاصله‌ای ارائه کنید که سگ آرام و زیر آستانه است.
- به محض دیدن محرک، غذای فوق‌العاده بدهید؛ با رفتن محرک، غذا هم تمام می‌شود.
- با تکرار، سگ یاد می‌گیرد: محرک = اتفاق خوب در راه است.
- فاصله را بسیار آهسته و فقط وقتی سگ کاملاً راحت است، کم کنید.
- هرگز سگ را به آستانه یا فراتر از آن فشار ندهید.

نکته طلایی

شعار این کار: «زیر آستانه بمان». هر پیشرفتی که با عبور از آستانه و انداختن سگ به وحشت یا خشم به دست بیاید، در واقع پسرفت است. آرامش سگ، قطب‌نمای شماست.

چه وقت حتما سراغ متخصص برویم؟

صداقت در این بخش حیاتی است: پرخاشگری، حوزه‌ای نیست که همیشه بتوان با یک کتاب و به‌تنهایی حلش کرد. شناختن مرز توانایی خود و کمک‌گرفتن به‌موقع، نشانه یک صاحب مسئول و دلسوز است، نه شکست. در موارد زیر، مراجعه به متخصص رفتار سگ یا دامپزشک متخصص رفتار ضروری است.

- هر سابقه گازگرفتن که به پوست آسیب زده باشد.
 - پرخاشگری رو به افزایش یا غیرقابل‌پیش‌بینی.
 - پرخاشگری نسبت به اعضای خانواده، به‌ویژه کودکان.
 - ترس یا پرخاشگری شدیدی که زندگی روزمره را مختل کرده.
 - هر موقعیتی که احساس می‌کنید ایمنی شما یا دیگران در خطر است.
 - نبود پیشرفت با وجود تلاش درست و مداوم.
- هنگام انتخاب متخصص، به دنبال کسی باشید که از روش‌های مبتنی بر علم و پاداش استفاده می‌کند و رویکردش بر ترس و تنبیه استوار نیست. متخصص خوب، اول ایمنی و رفاه سگ و خانواده را در نظر می‌گیرد و برنامه‌ای تدریجی و قابل‌فهم ارائه می‌دهد. از روش‌هایی که وعده «حل سریع با تنبیه» می‌دهند، فاصله بگیرید.

! هشدار جدی

از مربیانی که برای کنترل پرخاشگری، روش‌های مبتنی بر ترس، درد، شوک یا «غلبه و سلطه» را تبلیغ می‌کنند، پرهیز کنید. این روش‌ها می‌توانند پرخاشگری ناشی از ترس را به شدت بدتر و خطرناک‌تر کنند.

? پرسش و پاسخ

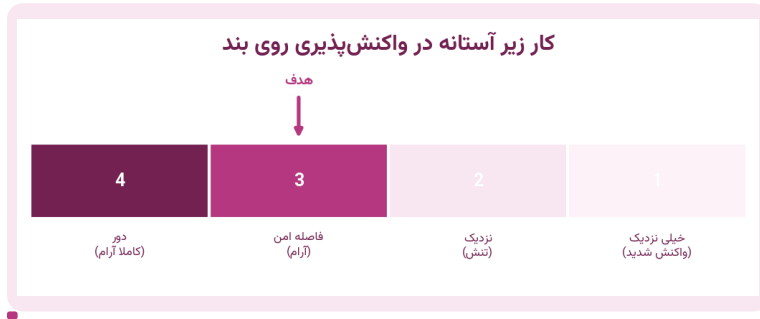
پرسش: آیا سگ پرخاشگر همیشه پرخاشگر می‌ماند؟

پاسخ: نه لزوماً. بسیاری از موارد ترس و پرخاشگری با برنامه درست، تدریجی و حرفه‌ای به‌طور چشمگیری بهبود می‌یابند. هدف واقع‌بینانه معمولاً مدیریت ایمن و کاهش قابل‌توجه است؛ این مسیر به صبر و کمک تخصصی نیاز دارد.

۶ واکنش‌پذیری روی بند و محافظت از منابع

دو موقعیت رفتاری نسبتاً رایج که با ترس و پرخاشگری مرتبطند و شایسته توضیح بیشترند: واکنش‌پذیری روی بند و محافظت از منابع. واکنش‌پذیری روی بند یعنی سگی که هنگام دیدن محرک (سگ دیگر، انسان) در حالی که با بند بسته است، واکنش شدید نشان می‌دهد - پارس، خیز، کشیدن. نکته مهم این است که این رفتار اغلب ریشه در ناکامی یا ترس دارد، نه پرخاشگری ذاتی؛ سگ روی بند احساس می‌کند راه فرار ندارد و همین، واکنش را تشدید می‌کند.

محافظت از منابع یعنی سگی که نسبت به غذا، اسباب‌بازی یا فضایش حالت تدافعی نشان می‌دهد - غرش یا سفت‌شدن هنگام نزدیک‌شدن. این رفتار، یک واکنش طبیعی نگره‌داشتن منابع باارزش است، اما می‌تواند خطرناک شود. اصل کلیدی در هر دو مورد، کار زیر آستانه و با کمک متخصص است: در واکنش‌پذیری، فاصله را حفظ کنید و محرک را با تجربه خوب پیوند بزنید؛ در محافظت از منابع، فعلاً سگ را هنگام غذا یا با شیء باارزش اذیت نکنید و برای آموزش ایمن مبادله، از متخصص کمک بگیرید.



شکل ۲-۱۹ در واکنش‌پذیری، باید در فاصله‌ای کار کنید که سگ هنوز آرام است (زیر آستانه).

- واکنش‌پذیری روی بند اغلب ریشه در ناکامی یا ترس دارد، نه پرخاشگری ذاتی.
- فاصله را حفظ کنید تا سگ زیر آستانه واکنش بماند و محرک را با غذا پیوند بزنید.
- محافظت از منابع را تنبیه نکنید؛ تنبیه آن را بدتر و خطرناک‌تر می‌کند.
- فعلاً سگ را هنگام غذا خوردن یا با شیء باارزش اذیت نکنید.
- برای هر دو مورد، به‌ویژه اگر شدید است، از متخصص رفتار کمک بگیرید.

! هشدار جدی

محافظت از منابع می‌تواند به گازگرفتن منجر شود، به‌ویژه با حضور کودکان. اگر سگ شما این رفتار را دارد، ایمنی را در اولویت بگذارید و برای آموزش ایمن حتماً با متخصص رفتار مشورت کنید.

★ نکته طلایی

هم واکنش‌پذیری روی بند و هم محافظت از منابع، با رویکرد درست زیر آستانه و کمک تخصصی، قابل بهبودند. تنبیه، در هر دو، فقط اوضاع را بدتر می‌کند.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « بیشتر پرخاشگری‌ها ریشه در ترس، درد یا احساس تهدید دارند، نه بدجنسی.
- « پرخاشگری ناگهانی را اول با معاینه دامپزشکی بررسی کنید.
- « نردبان هشدار را بشناسید و هرگز سگ را برای غرش (هشدار صادقانه) تنبیه نکنید.
- « ایمنی و مدیریت محیط، اولویت نخست و خود بخشی از درمان است.

« در موارد جدی، مراجعه به متخصص مبتنی بر روش‌های مثبت، کار درست و مسئولانه است.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم فقط از غریبه‌ها می‌ترسد و پارس و حمله می‌کند؛ از کجا شروع کنم؟
پاسخ: با مدیریت (فاصله از غریبه‌ها و بند) ایمنی را تضمین کنید و زیر نظر متخصص، حساسیت‌زدایی و شرطی‌سازی مثبت را زیر آستانه واکنش آغاز کنید. سگ را به غریبه‌ها فشار ندهید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: وقتی سگ غذایش را می‌خورد و نزدیک می‌شوم غرش می‌کند؛ تنبیهش کنم؟
پاسخ: نه. این محافظت از منابع است و تنبیه آن را بدتر می‌کند. فعلا هنگام غذا مزاحمش نشوید و برای آموزش ایمن مبادله مثبت، از متخصص رفتار کمک بگیرید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: پوزه‌بند ظالمانه نیست؟
پاسخ: اگر تدریجی و مثبت معرفی شود و سگ با آن راحت باشد، یک ابزار ایمنی مسئولانه است که می‌تواند از آسیب جلوگیری کند و حتی به سگ آزادی بیشتری در موقعیت‌های کنترل‌شده بدهد.

✓ همین امروز چه کنم؟

- محرک‌هایی که پرخاشگری یا ترس سگ‌تان را برمی‌انگیزند فهرست کنید و فعلا از آن‌ها دوری کنید.
- اگر پرخاشگری ناگهانی بوده، یک نوبت معاینه دامپزشکی برای رد علت جسمی بگیرید.
- در موارد جدی، یک متخصص رفتار مبتنی بر روش‌های مثبت پیدا و با او مشورت کنید.

فصل

۲۰

جویدن، کندن و رفتارهای مخرب

سگ خراب‌کاری نمی‌کند تا شما را اذیت کند؛ او نیازی را برآورده می‌کند.

در این فصل می‌خوانید

- چرا سگ‌ها می‌چوند و می‌کنند
- هدایت رفتار به مسیر درست
- مدیریت محیط و پیشگیری
- رفتارهای مخرب ناشی از انرژی و استرس

کفش جویده شده، مبل خراشیده، باغچه زیرورو. این رفتارها کلافه کننده اند، اما از نگاه سگ کاملاً طبیعی اند. راز حل مسئله این است که به جای جنگ با غریزه، آن را به مسیر درست هدایت کنیم.

۱ چرا سگ ها می جویند، می کنند و تخریب می کنند؟

جویدن، کندن و کاوش، بخشی از طبیعت سگ اند، نه نشانه بدجنسی یا انتقام. جویدن برای سگ ها کارکردهای زیادی دارد: کشف محیط، تسکین درد دندان در توله گی، تخلیه انرژی و حتی آرام کردن خود هنگام استرس. کندن زمین هم می تواند برای خنک شدن، پنهان کردن چیزی، شکار حشرات یا صرفاً سرگرمی باشد. وقتی این رفتارها بیش از حد و مخرب می شوند، معمولاً پیامی پشتشان هست.

پرتکرارترین علت تخریب، ترکیبی از کسالت و انرژی تخلیه نشده است؛ همان موضوعی که در فصل ورزش و سرگرمی دیدیم. سگی که ذهن و بدنش به اندازه کافی درگیر نشده، خودش سرگرمی پیدا می کند - و متأسفانه مبل و کفش شما گزینه های جذابی اند. علت های دیگر شامل اضطراب (به ویژه اضطراب جدایی)، دندان درآوردن در توله ها و نبود گزینه های مجاز برای جویدن است.

☆ نکته طلایی

پیش از هر راه حلی، این پرسش کلیدی را بپرسید: آیا سگ من گزینه مجاز و جذابی برای جویدن دارد و آیا انرژی اش به اندازه کافی تخلیه می شود؟ اغلب، پاسخ همین دو سؤال، نیمی از مشکل را حل می کند.

! هشدار جدی

تخریب ناگهانی و شدید، به ویژه اگر همراه با نشانه های دیگر تنهایی باشد، می تواند نشانه اضطراب جدایی باشد، نه کسالت ساده. در این صورت به فصل اضطراب جدایی مراجعه کنید؛ راه حل آن متفاوت است.

۲ مدیریت جویدن

راهبرد درست برای جویدن، سه بخشی است: مدیریت محیط برای جلوگیری از دسترسی به اشیای

ممنوع، فراهم کردن گزینه‌های مجاز و جذاب، و هدایت سگ از شیء ممنوع به مجاز. توجه کنید که تنبیه بعد از واقعه (مثلاً وقتی به خانه می‌رسید و کفش جویده شده را می‌بینید) هیچ فایده‌ای ندارد، چون سگ ارتباط آن را با عمل گذشته نمی‌فهمد.

۱. اشیای ارزشمند و خطرناک را از دسترس سگ خارج کنید (مدیریت محیط).
۲. چند اسباب‌بازی جويدنی مناسب و بادوام در اختيارش بگذاريد.
۳. اگر سگ را در حال جويدن شیء ممنوع دیدید، آرام آن را برداريد و يك جويدنی مجاز جایگزین کنید.
۴. وقتی سگ جويدنی مجاز را جويد، با تحسین یا گاهی پاداش، آن انتخاب درست را تقویت کنید.
۵. برای جذاب‌تر کردن جويدنی مجاز، می‌توانید کمی غذا داخلش بگذاريد.

مثال واقعی

برای توله‌ای که دندان درمی‌آورد، یک اسباب‌بازی جويدنی مخصوص که می‌توان آن را کمی خنک کرد، می‌تواند لثه ملتهب را تسکین دهد و توجه او را از پایه مبل به گزینه مجاز برگرداند.

اشتباه رایج

گذاشتن یک کفش کهنه به عنوان اسباب‌بازی جويدنی، اشتباه رایجی است. سگ فرق کفش کهنه و نو را نمی‌فهمد؛ این کار به او یاد می‌دهد که کفش، شیء مجاز برای جويدن است. اسباب‌بازی جويدنی باید آشکارا با اشیای خانه فرق داشته باشد.

مدیریت درست در برابر نادرست جويدن

نادرست	درست
• تنبیه بعد از واقعه	• دور نگاه داشتن اشیای ممنوع
• دادن کفش کهنه به عنوان اسباب‌بازی	• فراهم کردن جويدنی مجاز و جذاب
• نبود هیچ گزینه مجاز	• جایگزینی آرام هنگام جويدن ممنوع
• داد و فریاد سر سگ	• پاداش انتخاب درست

شکل ۱-۲۰ جويدن را هدایت کنید، نه سرکوب.

۳ مدیریت کندن زمین

اگر سگ شما در حیاط یا باغچه می‌کند، باز هم اصل کلی همان است: به جای تلاش برای حذف کامل غریزه، آن را به مکان مجاز هدایت کنید. ابتدا سعی کنید بفهمید چرا سگ می‌کند؛ اگر برای خنک‌شدن است، یک سایه و آب خنک فراهم کنید؛ اگر از کسالت است، ورزش و سرگرمی را بیشتر کنید؛ اگر شکار حشرات است، آن ناحیه را بررسی کنید.

یک راه‌حل خلاقانه و موثر، ساختن یک «جعبه کندن» مجاز است: یک ناحیه مشخص (مثلاً یک گودال شنی یا جعبه خاک) که سگ اجازه دارد در آن بکند. می‌توانید اسباب‌بازی یا غذا را در آن پنهان کنید تا کندن در محل درست را جذاب و بارز کنید، و سگ را هنگام کندن در جای ممنوع، با آرامش به آن ناحیه هدایت کنید.

- علت کندن (خنک‌شدن، کسالت، شکار، پنهان‌کردن) را شناسایی کنید.
- اگر برای خنک‌شدن است، سایه و آب و جای خنک فراهم کنید.
- یک «ناحیه کندن مجاز» بسازید و آن را با پنهان‌کردن اسباب‌بازی جذاب کنید.
- دسترسی به نواحی ممنوع (باغچه) را در صورت لزوم موقتاً محدود کنید.
- ورزش و سرگرمی روزانه را بالا ببرید تا انگیزه کندن ناشی از کسالت کم شود.

نکته

کندن در روزهای گرم اغلب برای خنک‌شدن است. پیش از هر آموزشی، مطمئن شوید سگ در حیاط به سایه و آب خنک دسترسی دارد؛ گاهی همین رفع نیاز، مشکل را حل می‌کند.

۴ پیش‌گیری: انرژی و ذهن مشغول

همان‌طور که تکرار کرده‌ایم، بسیاری از رفتارهای مخرب با تخلیه کافی انرژی و درگیرکردن ذهن سگ، از ریشه کم می‌شوند. این موضوع آن‌قدر مهم است که ارزش تکرار دارد: سگی که هر روز ورزش بدنی و سرگرمی ذهنی کافی دارد، انرژی و انگیزه کمتری برای تخریب دارد. سرمایه‌گذاری روی فعالیت روزانه، ارزان‌تر از تعمیر مبل و آرام‌تر از جنگ دائمی است.

به‌ویژه برای ساعت‌هایی که سگ تنهاست، گزینه‌های سرگرمی فراهم کنید: اسباب‌بازی‌های فکری، جویدنی‌های بادوام و اسباب‌بازی‌های پرشدنی که سگ را برای مدتی مشغول نگه می‌دارند. ذهنی که درگیر است، به تخریب فکر نمی‌کند.

عادت روزانه

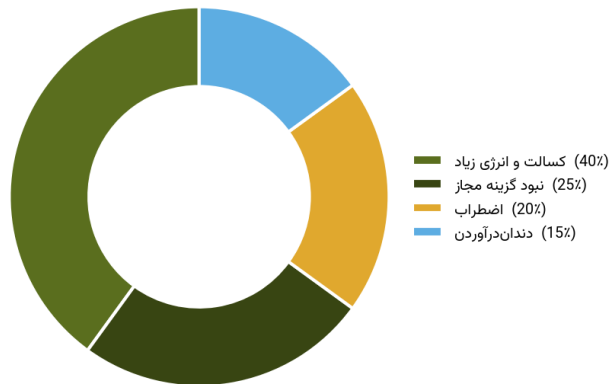
روتین پیش از تنها گذاشتن سگ:

- کمی ورزش (پیاده‌روی یا بازی) تا انرژی اولیه تخلیه شود.
- یک اسباب‌بازی پرشدنی یا فکری که فقط هنگام تنهایی در دسترس است، بدهید.
- محیط را امن کنید: اشیای ارزشمند و خطرناک را جمع کنید.
- آرام و بی‌هیاهو خانه را ترک کنید.

نکته طلایی

اگر فقط یک کار برای کاهش تخریب انجام دهید، آن را انتخاب کنید: افزایش ورزش و سرگرمی روزانه. این تنها مداخله‌ای است که هم‌زمان روی پارس، تخریب، بیش‌فعالی و خلق‌وخوی سگ اثر مثبت می‌گذارد.

سهم تقریبی علل رایج تخریب



شکل ۲۰-۲ علل رایج تخریب (نسبت‌ها تقریبی و بسته به سگ متفاوت‌اند).

خوردن اشیای نامناسب و کاوش افراطی

برخی سگ‌ها - به‌ویژه توله‌ها - تمایل دارند اشیای نامناسب را بخورند یا ببلعند: سنگ، پارچه، پلاستیک، یا حتی مدفوع. این رفتار، علاوه بر آزاردهنده‌بودن، می‌تواند خطرناک باشد و به انسداد گوارشی یا مسمومیت منجر شود. علت‌ها متنوع‌اند: کنجکاوی و کاوش (به‌ویژه در توله‌ها)،

کسالت، کمبود برخی مواد در رژیم، یا گاهی مشکلات رفتاری و پزشکی. مدیریت محیط - یعنی دور نگه داشتن اشیای خطرناک - خط اول دفاع است.

اگر سگ شیئی نامناسب در دهان دارد، به جای دنبال کردن و گرفتن آن (که می‌تواند به بازی تعقیب یا بلع سریع منجر شود)، از دستور «بنداز» یا یک مبادله مثبت (پیشنهاد چیزی بهتر) استفاده کنید. اگر مشکوکید سگ چیز خطرناکی بلعیده، فوراً با دامپزشک تماس بگیرید. خوردن مداوم اشیای غیرخوراکی (که گاهی «پایکا» نامیده می‌شود) ارزش بررسی پزشکی دارد، چون می‌تواند ریشه جسمی داشته باشد.

برخورد با خوردن اشیای نامناسب	
نادرست	درست
• دنبال کردن و گرفتن زورکی	• دور نگه داشتن اشیای خطرناک
• تنبیه پس از بلع	• استفاده از «بنداز» یا مبادله
• نادیده گرفتن بلع اشیای خطرناک	• تماس فوری با دامپزشک در صورت بلع خطرناک
• فرض اینکه «خودش رد می‌شود»	• بررسی پزشکی در صورت تکرار

شکل: ۳-۲۰ خوردن اشیای نامناسب را با مدیریت و مبادله مهار کنید، نه با تعقیب.

- اشیای کوچک و خطرناک را از دسترس سگ، به‌ویژه توله، دور نگه دارید.
- به‌جای گرفتن زورکی، از «بنداز» یا پیشنهاد چیزی بهتر استفاده کنید.
- اگر مشکوکید سگ چیز خطرناکی بلعیده، فوراً با دامپزشک تماس بگیرید.
- ورزش و سرگرمی کافی، انگیزه کاوش ناشی از کسالت را کم می‌کند.
- خوردن مداوم اشیای غیرخوراکی را با دامپزشک بررسی کنید.

هشدار جدی !

بلع اشیای می‌تواند به انسداد گوارشی خطرناک منجر شود که گاهی نیاز به جراحی دارد. نشانه‌های هشدار شامل استفراغ مکرر، بی‌اشتهایی، درد شکم و بی‌حالی است؛ در این موارد فوراً به دامپزشک مراجعه کنید.

☆ نکته طلایی

مدیریت محیط، ساده‌ترین و موثرترین راه پیش‌گیری از خوردن اشیای خطرناک است: چیزی که در دسترس نباشد، بلعیده نمی‌شود.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « جویدن و کندن غرایز طبیعی‌اند؛ آن‌ها را هدایت کنید، نه سرکوب.
- « تنبیه بعد از واقعه بی‌فایده است؛ سگ ارتباط آن با عمل گذشته را نمی‌فهمد.
- « گزینه مجاز و جذاب برای جویدن و یک «ناحیه کندن مجاز» فراهم کنید.
- « اشیای ارزشمند را با مدیریت محیط از دسترس خارج کنید.
- « افزایش ورزش و سرگرمی، موثرترین راه کاهش بیشتر رفتارهای مخرب است.

■ پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: وقتی به خانه می‌رسم و خرابکاری را می‌بینم، تنبیهش کنم؟
پاسخ: نه. سگ ارتباط تنبیه حالا را با کاری که ساعت‌ها پیش کرده نمی‌فهمد و فقط از شما می‌ترسد. روی پیش‌گیری، مدیریت محیط و افزایش سرگرمی تمرکز کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم فقط وقتی تنهاست تخریب می‌کند؛ معنی‌اش چیست؟
پاسخ: می‌تواند کسالت باشد یا اضطراب جدایی. اگر همراه با پارس ممتد و نشانه‌های پریشانی است، احتمالاً اضطراب جدایی است؛ به فصل مربوط مراجعه کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چطور بفهمم اسباب‌بازی جویدنی بی‌خطر است؟
پاسخ: اسباب‌بازی باید به اندازه کافی بادوام و بزرگ باشد که بلعیده نشود و قطعات کوچک نکند. سگ را هنگام جویدن اسباب‌بازی‌های نو زیر نظر بگیرید و موارد آسیب‌دیده را دور بیندازید.

همین امروز چه کنم؟



- چند اسباب‌بازی جویدنی مجاز و بادوام برای سگ‌تان تهیه کنید.
- اشیای ارزشمند و خطرناک را از دسترس سگ خارج کنید.
- روتین ورزش و سرگرمی پیش از تنها گذاشتن سگ را از امروز اجرا کنید.

۲۱

پريدن، گازگرفتن بازىگوشانه و ديگر مشكلات

رفتارهای آزاردهنده روزمره، با تمرین‌های ساده و ثبات از بین می‌روند.

در این فصل می‌خوانید

- پريدن روی آدم‌ها
- گازگرفتن بازىگوشانه توله‌سگ
- گدايى سر سفره و دزدیدن وسایل
- بيش‌فعالى و هيچان کنترل‌نشده

پریدن روی مهمان، گازگرفتن بازیگوشانه دست‌ها، گدایی سر سفره و انرژی بی‌پایان. این رفتارها معمولاً از سر هیجان و محبت‌اند، نه پرخاشگری - و دقیقاً به همین دلیل، با هدایت همان انرژی به مسیر درست، حل می‌شوند.

۱ پریدن روی آدم‌ها

سگ‌ها برای سلام و جلب توجه می‌پرند؛ این رفتار اغلب از توله‌گی و ناخواسته توسط خود ما تقویت شده است. وقتی توله کوچک می‌پرد و ما او را بغل می‌کنیم یا نوازش می‌کنیم، یاد می‌گیرد پریدن = توجه. حالا که بزرگ شده، همان رفتار آزاردهنده و گاهی خطرناک (برای کودکان و سالمندان) شده است. کلید اصلاح، حذف پاداش پریدن و پاداش دادن به رفتار جایگزین است.

راهبرد ساده اما نیازمند ثبات است: وقتی سگ می‌پرد، تمام توجه را قطع کنید - رو برگردانید، نگاه نکنید و حرف نزنید. پریدن باید کاملاً بی‌نتیجه شود. در مقابل، لحظه‌ای که چهار پنجه روی زمین است یا می‌نشیند، فوراً توجه و پاداش بدهید. سگ به سرعت یاد می‌گیرد که نشستن (نه پریدن) کلید رسیدن به توجه است.

۱. هنگام پریدن، بی‌اعتنا شوید: رو برگردانید، بدون نگاه و حرف.
۲. صبر کنید تا چهار پنجه روی زمین برسد یا سگ بنشیند.
۳. همان لحظه توجه، تحسین و گاهی پاداش بدهید.
۴. به مهمان‌ها هم همین روش را یاد بدهید تا همه یکسان عمل کنند.
۵. می‌توانید پیشاپیش به سگ «بشین» را به عنوان رفتار جایگزین سلام آموزش دهید.

اشتباه رایج ❌

هل دادن سگ، زانوزدن به سینه‌اش یا داد زدن هنگام پریدن، اغلب جواب عکس می‌دهد؛ سگ این‌ها را نوعی توجه یا حتی بازی می‌بیند و هیجانش بیشتر می‌شود. بی‌اعتنایی کامل، موثرتر است.

نکته طلایی ★

به سگ یاد بدهید که «نشستن»، راه سلام کردن است. وقتی نشستن همیشه توجه می‌آورد و پریدن هیچ‌وقت، سگ خودش گزینه برنده را انتخاب می‌کند.

۲ گازگرفتن بازیگوشانه و دهان زدن

توله سگ‌ها دنیا را با دهانشان کشف می‌کنند و در بازی، طبیعتاً دهان و دندان به کار می‌برند. این «گاز بازی» با پرخاشگری کاملاً فرق دارد؛ اما اگر هدایت نشود، می‌تواند به عادت دردناک و آزاردهنده تبدیل شود. هدف ما آموزش دو چیز است: «مهار گاز» (کنترل شدت فشار دهان) و انتقال دهان زدن از دست انسان به اسباب بازی.

توله‌ها مهار گاز را به‌طور طبیعی از مادر و هم‌بازی‌هایشان یاد می‌گیرند: وقتی محکم گاز می‌گیرند، بازی متوقف می‌شود. ما می‌توانیم همین درس را ادامه دهیم. وقتی توله هنگام بازی دست شما را گاز می‌گیرد، با یک صدای کوتاه واکنش نشان دهید و بازی را برای لحظه‌ای متوقف کنید؛ پیام این است که «گاز محکم = پایان خوشی».

گام به گام

آموزش مهار گاز و انتقال به اسباب بازی:

- هنگام بازی، یک اسباب بازی در دست داشته باشید و دهان توله را به سمت آن هدایت کنید.
- اگر به جای اسباب بازی دست شما را گاز گرفت، با «آخ» کوتاه بازی را چند ثانیه متوقف کنید.
- پس از مکث، دوباره بازی را با اسباب بازی ادامه دهید.
- با تکرار، توله یاد می‌گیرد دندان روی دست = توقف، دندان روی اسباب بازی = ادامه بازی.
- هرگز دست را به شدت عقب نکشید یا بازی کشتی با دست راه نیندازید؛ این کار دهان زدن را تشویق می‌کند.

هشدار جدی

اگر دهان زدن یک سگ بالغ شدید است، یا اگر گاز با حالت بدن سفت و خشن همراه است (نه بازیگوشانه)، این ممکن است فراتر از گاز بازی باشد؛ به فصل ترس و پرخاشگری مراجعه و در صورت لزوم با متخصص مشورت کنید.

مثال واقعی

اگر کودکی در خانه هست، بازی‌های پرتاب کردن اسباب بازی (که فاصله ایجاد می‌کنند) را جایگزین بازی‌های دست به دست کنید تا توله یاد نگیرد دست‌ها هدف بازی‌اند، و کودک هم در امان بماند.

۳ گدایی سر سفره

گدایی غذا، رفتاری کاملاً آموخته شده است: سگ زمانی غذای سر سفره گرفته (حتی یک بار)، و حالا یاد گرفته که نگاه کردن، ناله کردن یا سیخ‌نشستن کنار میز، گاهی به غذا ختم می‌شود. چون این پاداش گاه‌به‌گاه است، رفتار بسیار مقاوم می‌شود. خبر خوب این است که با قطع کامل پاداش و دادن یک کار جایگزین، قابل اصلاح است.

راه حل دو بخش دارد. اول، قانون آهنین «هیچ غذایی از سر سفره» را وضع کنید و همه اعضای خانه و مهمان‌ها باید آن را رعایت کنند - حتی یک استثنا، کل تلاش را خنثی می‌کند. دوم، به سگ یک رفتار جایگزین بدهید: «جای خودت» که در فصل چهارده آموختیم. سگ هنگام غذای خانواده به تشکش می‌رود و آرام ماندن آنجا را پاداش می‌گیرد.

۱. قانون «هیچ غذایی از سر سفره» را برای همه (از جمله مهمان‌ها) جا بیندازید.
۲. هنگام غذای خانواده، سگ را به «جای خودش» (تشک) بفرستید.
۳. ماندن آرام روی تشک را گاه‌به‌گاه با پاداش (نه از سر سفره) تقویت کنید.
۴. اگر گدایی کرد، کاملاً بی‌اعتنا بمانید؛ هیچ توجه و غذایی نباید بگیرد.
۵. در صورت نیاز، در ابتدای کار سگ را با یک اسباب‌بازی پرشده روی تشک مشغول کنید.

اشتباه رایج

«فقط همین یک لقمه» بزرگ‌ترین تله است. پاداش نامنظم، قوی‌ترین نوع تقویت است؛ همان یک لقمه گه‌گاهی، گدایی را ماه‌ها زنده نگه می‌دارد. قانون باید بدون استثنا باشد.

۴ بیش‌فعالی و آموزش خویشتن‌داری

گاهی به نظر می‌رسد سگ یک لحظه هم آرام نمی‌گیرد. پیش از هر چیز، باید مطمئن شویم که این انرژی، مجرای سالمی برای تخلیه دارد - یعنی ورزش و سرگرمی کافی (فصل ده). اما بخش مهم دیگر، آموزش مهارت «آرام‌بودن» است. بسیاری از سگ‌ها هرگز یاد نگرفته‌اند که آرامش هم پاداش دارد؛ ما ناخواسته فقط به هیجان و جنب‌وجوش واکنش نشان می‌دهیم.

خویشتن‌داری یک مهارت آموختنی است. با تمرین‌های ساده می‌توان به سگ یاد داد که برای رسیدن به چیزهای خوب، باید اول آرام و صبور باشد. این تمرین‌ها نه تنها سگ آرام‌تری می‌سازند، بلکه پایه رفتار خوب در موقعیت‌های هیجانی (در، غذا، مهمان) هستند.

تمرین خویشتنداری

تمرین «آرامش، کلید است»:

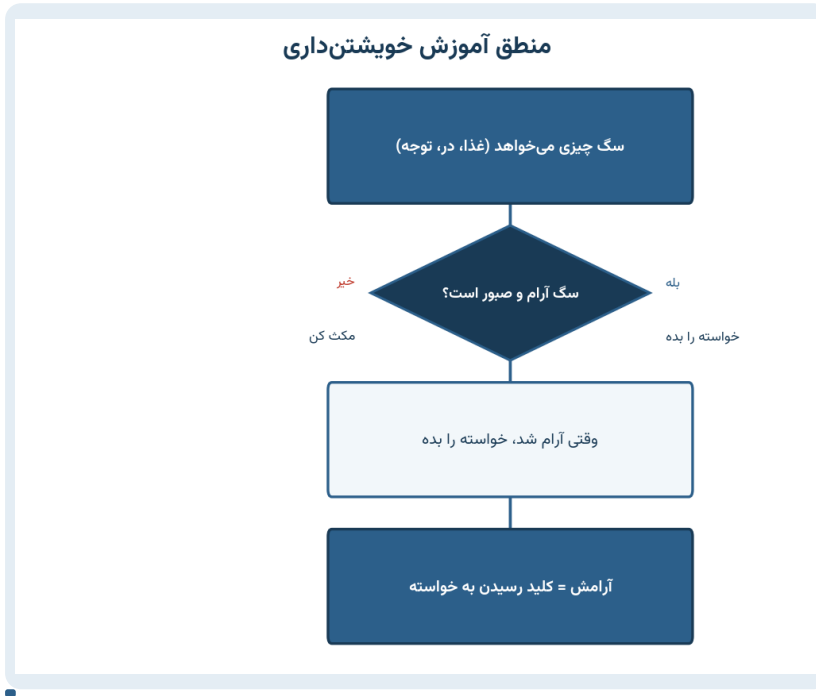
- هنگام دادن غذا، ظرف را بالا نگه دارید؛ تا وقتی سگ هیجان زده می‌پرد، ظرف پایین نمی‌آید.
- لحظه‌ای که سگ آرام شد یا نشست، ظرف را پایین بیاورید.
- اگر دوباره پرید، ظرف را بالا ببرید؛ فقط آرامش، غذا را پایین می‌آورد.
- همین اصل را برای بازکردن در (برای گردش) و سلام به مهمان به کار ببرید.
- سگ یاد می‌گیرد: آرامش، کلید رسیدن به خواسته‌هاست.

نکته طلایی

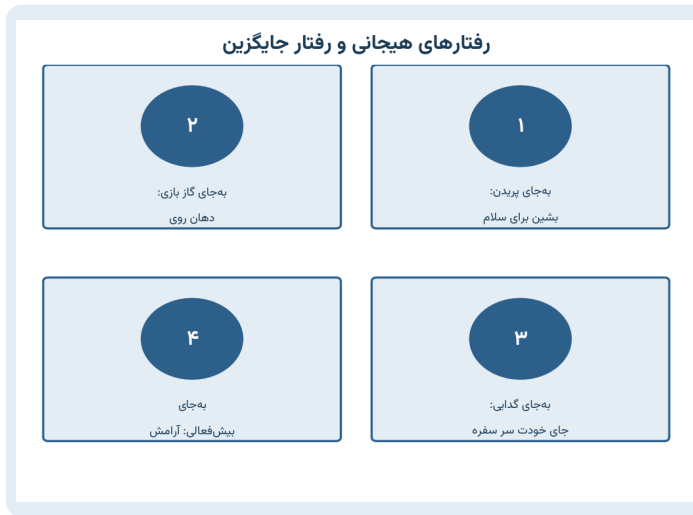
به آرامش پاداش بدهید، نه فقط به فعالیت. عادت کنید وقتی سگ خودبه‌خود آرام گوشه‌ای دراز کشیده، گاهی بی‌سروصدا یک پاداش کنارش بگذارید. این‌گونه آرام‌بودن هم به رفتاری ارزشمند تبدیل می‌شود.

نکته

اگر بیش‌فعالی به‌شکل افراطی، ناگهانی یا همراه با نشانه‌های دیگر است، ارزش دارد با دامپزشک مطرح کنید تا علت‌های جسمی یا اضطرابی بررسی شود.



شکل ۱-۲۱ آرامش را به کلید رسیدن به هر خواسته تبدیل کنید.



شکل ۲-۲۱ برای هر رفتار هیجانی، یک رفتار جایگزین مطلوب آموزش دهید.

تعقیب، دویدن دنبال چیزها و کنترل تکانه

تمایل به تعقیب - دویدن دنبال گربه، ماشین، دوچرخه، یا حتی افراد در حال دویدن - در بسیاری از سگ‌ها وجود دارد و ریشه در غریزه شکار دارد. این رفتار می‌تواند خطرناک باشد، هم برای سگ (مثلا دویدن به سمت خیابان) و هم برای هدف تعقیب. کنترل این رفتار، به دو چیز بستگی دارد: مدیریت (نگه‌داشتن سگ با بند در محیط‌های پرخطر) و آموزش کنترل تکانه و فراخوان قوی.

کنترل تکانه یعنی توانایی سگ در مهار واکنش آنی خود. این مهارتی است که با تمرین ساخته می‌شود؛ تمرین‌هایی مثل «بمان» در برابر حواس‌پرتی، «وایسا»، و تماس چشمی در حضور محرک، همگی کنترل تکانه را تقویت می‌کنند. هدف این است که سگ یاد بگیرد به جای دویدن آنی دنبال محرک، لحظه‌ای مکث کند و به شما توجه کند. فراخوان قوی (فصل پانزده) هم در این موقعیت‌ها می‌تواند نجات‌بخش باشد.



شکل ۳-۲۱ تعقیب را با مدیریت و آموزش کنترل تکانه مهار کنید.

- در محیط‌های پرخطر (نزدیک خیابان، حضور گربه)، سگ را با بند نگه دارید.
- تماس چشمی و «بمان» در برابر حواس‌پرتی را تمرین کنید تا کنترل تکانه قوی شود.
- به جای دویدن آنی، لحظه‌های مکث و توجه سگ را فعالانه پاداش دهید.
- فراخوان قوی بسازید؛ در لحظه تعقیب، می‌تواند جان سگ را نجات دهد.
- تمایل به تعقیب را نمی‌توان کاملاً حذف کرد، اما می‌توان آن را مدیریت کرد.

! هشدار جدی

تعقیب کنترل نشده - به ویژه به سمت خیابان یا وسایل نقلیه - می تواند کشنده باشد. تا پیش از ساختن فراخوان و کنترل تکانه قابل اعتماد، در محیط های باز و پرخطر سگ را آزاد نگذارید.

☆ نکته طلایی

کنترل تکانه مثل یک عضله است: با تمرین منظم مکث و توجه، قوی تر می شود. سگی که یاد گرفته پیش از واکنش، لحظه ای فکر کند، ایمن تر و آرام تر است.

■ جمع بندی فصل

مهم ترین نکته هایی که در این فصل آموختیم:

- « پریدن، گاز بازی و گدایی معمولاً رفتارهای آموخته شده از سر هیجان اند، نه پرخاشگری.
- « برای هر رفتار نامطلوب، یک رفتار جایگزین مطلوب آموزش دهید و آن را پاداش دهید.
- « پریدن را با بی اعتنایی و پاداش نشستن، اصلاح کنید.
- « گدایی را با قانون بدون استثنای «هیچ غذا از سر سفره» و «جای خودت» حل کنید.
- « خویشتن داری مهارتی آموختنی است؛ به آرامش پاداش بدهید، نه فقط به فعالیت.

■ پرسش های پرتکرار این فصل**? پرسش و پاسخ**

پرسش: مهمان ها خودشان سگ را موقع پریدن نوازش می کنند؛ چه کنم؟
 پاسخ: پیش از ورود مهمان، قانون را توضیح دهید: تا سگ نپریده و آرام است نوازش نکنند. می توانید سگ را تا آرام شدن با بند کنترل کنید یا به «جای خودش» بفرستید.

? پرسش و پاسخ

پرسش: توله ام موقع بازی دستم را گاز می گیرد و دردم می آید؛ طبیعی است؟
 پاسخ: بله، گاز بازی در توله ها طبیعی است. با توقف بازی هنگام گاز محکم و هدایت دهان به اسباب بازی، مهار گاز را آموزش دهید. بازی کشتی با دست راه نیندازید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم اصلاً آرام نمی‌گیرد؛ از کجا شروع کنم؟

پاسخ: اول مطمئن شوید ورزش و سرگرمی کافی دارد. بعد تمرین خویشتن‌داری (آرامش، کلید است) را شروع کنید و عادت کنید لحظه‌های آرامش خودجوش او را پاداش دهید.

✓ همین امروز چه کنم؟

- به سگ‌تان «بشین» را به‌عنوان راه سلام‌کردن آموزش دهید و از مهمان‌ها بخواهید رعایت کنند.
- قانون «هیچ غذا از سر سفره» را امروز برای کل خانواده اعلام کنید.
- تمرین «آرامش، کلید است» را هنگام دادن غذا شروع کنید.

بخش ۵

واقعیت‌های ویژه و زندگی واقعی

فصل

۲۲

تربیت توله سگ از روز اول

هر چه در ماه‌های اول بکارید، سال‌ها درو خواهید کرد.

در این فصل می‌خوانید

- برنامه هفته‌به‌هفته توله سگ
- دندان‌درآوردن و گازگرفتن
- اولین واکسن‌ها و اولین بیرون‌رفتن‌ها
- اشتباه‌هایی که آینده سگ را خراب می‌کند

روزهای اول یک توله‌سگ در خانه شما، پایه‌های کل زندگی او را می‌سازد. این فصل، نقشه راه هفته‌به‌هفته توله‌گی است: از لحظه ورود تا چندماهگی، با همه اولین‌ها، چالش‌ها و فرصت‌های طلایی.

۱ روزهای اول: ورود به خانه تازه

جداشدن از مادر و هم‌پچه‌ها و ورود به محیطی کاملاً ناآشنا، برای توله تجربه‌ای پر از استرس است. وظیفه اول شما این است که این گذار را آرام و امن کنید. توقع نداشته باشید توله از روز اول شاد و راحت باشد؛ کمی ترس، گریه در شب‌های اول و احتیاط، کاملاً طبیعی است. صبر و آرامش شما، به او امنیت می‌دهد.

پیش از ورود توله، خانه را آماده کنید: یک فضای امن و دنج برای استراحت، ظرف غذا و آب، اسباب‌بازی‌های مناسب، و حذف خطرهای (سیم‌های برق، اشیای کوچک بلعیدنی، گیاهان سمی و مواد شیمیایی). همان‌طور که در فصل آماده‌سازی خانه گفتیم، محیط امن، نیمی از کار است. در روزهای اول، دنیای توله را کوچک نگه دارید تا کم‌کم با اطمینان گسترش یابد.

☆ نکته طلایی

شب‌های اول، گریه توله طبیعی است؛ او تنهایی را تجربه نکرده. قراردادن جای خواب توله نزدیک خودتان در شب‌های نخست، و سپس جابه‌جایی تدریجی آن، به او کمک می‌کند احساس امنیت کند بدون اینکه وابستگی ناسالم شکل بگیرد.

! هشدار جدی

پیش از کامل‌شدن واکسن‌ها، توله را از محیط‌های پرخطر و تماس با سگ‌های ناشناس دور نگه دارید، اما اجتماعی‌سازی ایمن را متوقف نکنید (فصل دوازده). برنامه دقیق واکسن و خروج از خانه را با دامپزشک هماهنگ کنید.

۲ اولویت‌ها در ماه‌های نخست

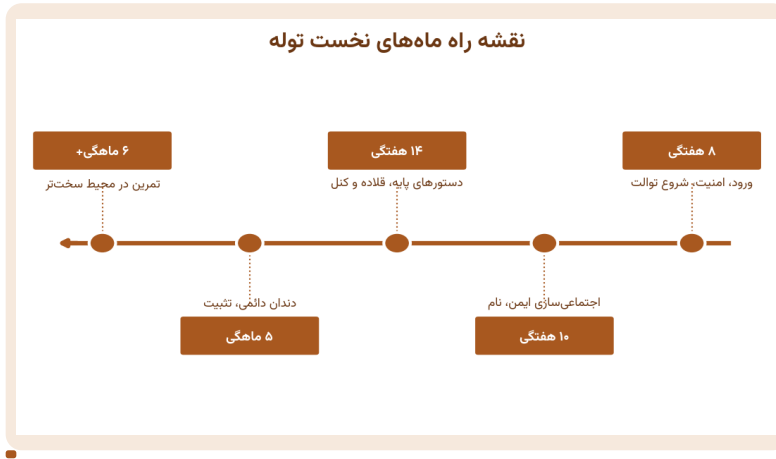
توله‌گی دوران فشرده‌ای است و نمی‌توان همه‌چیز را هم‌زمان انجام داد. اما چند اولویت کلیدی وجود دارد که باید از همان ابتدا روی آن‌ها تمرکز کنید. جدول زیر یک نمای کلی از تمرکز هر بازه سنی می‌دهد؛ این‌ها مرزهای دقیق نیستند و با هم هم‌پوشانی دارند، اما به شما کمک می‌کنند

بدانید در هر مرحله چه چیزی مهم‌تر است.

بازه سنی تقریبی	تمرکز اصلی	نکته
ورود تا ۸ هفتگی	امنیت، اعتماد، آشنایی با خانه	محیط امن و آرام
۸ تا ۱۲ هفتگی	اجتماعی‌سازی ایمن، توالی، نام	اوج پنجره طلایی
۱۲ تا ۱۶ هفتگی	دستورهای پایه، عادت به قلاده/کنل	ادامه اجتماعی‌سازی
۴ تا ۶ ماهگی	تثبیت آموزش، دندان دائمی	صبر در دوران دندان
۶ ماهگی به بعد	تمرین در محیط‌های سخت‌تر	ادامه ثبات

نکته

هر توله با سرعت خودش پیش می‌رود. این جدول یک راهنمای کلی است، نه یک مسابقه. بعضی مهارت‌ها زودتر و بعضی دیرتر جا می‌افتند؛ مهم تداوم و آرامش است.



شکل ۱-۲۲ مسیر تقریبی رشد و آموزش در ماه‌های نخست.

۳ دوران دندان‌درآوردن

مثل نوزاد انسان، توله سگ‌ها هم دوران دندان‌درآوردن دارند. دندان‌های شیری می‌افتند و دندان‌های دائمی درمی‌آیند، و این فرایند با خارش و ناراحتی لته همراه است. در این دوران، میل به جویدن به اوج می‌رسد؛ نه از سر بدجنسی، بلکه برای تسکین لته ملتهب. شناخت این موضوع کمک می‌کند با همدلی - نه عصبانیت - با آن برخورد کنید.

راه‌حل، همان اصول فصل جویدن است، با تأکید بیشتر بر تسکین: اسباب‌بازی‌های جویدنی مناسب و در صورت امکان کمی خنک، توجه توله را از مبل و کفش به گزینه مجاز برمی‌گردانند و هم‌زمان لته را تسکین می‌دهند. این دوران گذراست؛ با مدیریت محیط و گزینه‌های مجاز، از آن عبور می‌کنید.

- اسباب‌بازی‌های جویدنی مخصوص توله و در صورت امکان خنک، برای تسکین لته فراهم کنید.
- اشیای ارزشمند و خطرناک را در دسترس نگذارید (مدیریت محیط).
- هنگام جویدن شیء ممنوع، آرام آن را با یک جویدنی مجاز جایگزین کنید.
- صبور باشید؛ این دوران موقتی است و با رشد دندان‌های دائمی فروکش می‌کند.

هشدار جدی !

اگر دندان شیری نیفتاده و دندان دائمی کنار آن درآمده، یا اگر بوی بد دهان و خون‌ریزی شدید لته دیدید، با دامپزشک مشورت کنید؛ گاهی مداخله لازم است.

۴ اشتباه‌های رایج در توله‌گی

بسیاری از مشکلات رفتاری سگ‌های بالغ، ریشه در اشتباه‌های ناخواسته دوران توله‌گی دارند. آگاهی از این اشتباه‌های رایج، به شما کمک می‌کند از همان ابتدا مسیر درست را بروید. خبر خوب این است که همه این‌ها قابل‌پیش‌گیری‌اند.

۱. تقویت ناخواسته رفتارهای «بامزه»: پريدن يا گاز بازی توله را تشويق کردن، که در بزرگ‌سالی مشکل‌ساز می‌شود.
۲. از دست دادن پنجره طلایی اجتماعی‌سازی به بهانه واکسن (به‌جای اجتماعی‌سازی ایمن).
۳. نبود برنامه و ثبات: هر روز قانون متفاوت، توله را سردرگم می‌کند.
۴. توقع بیش‌ازحد و زود هنگام: توله مثانه و تمرکز محدودی دارد؛ فشار زیاد بی‌فایده است.
۵. تنبیه به‌جای هدایت: ترساندن توله، اعتماد و یادگیری را از بین می‌برد.

اشتباه رایج ❌

«بزرگ که شد درست می‌شود» یک باور خطرناک است. رفتارهایی مثل پريدن، گاز بازی و کشیدن بند، اگر در توله‌گی هدایت نشوند، با بزرگ‌تر شدن سگ فقط قوی‌تر و سخت‌تر می‌شوند، نه بهتر. از همان ابتدا درست آموزش دهید.

نکته طلایی ★

ثبات، مهربانی و حوصله، سه‌گانه موفقیت در توله‌گی‌اند. توله‌ای که در محیطی آرام و قابل‌پیش‌بینی با راهنمایی مثبت بزرگ می‌شود، به سگی متعادل و اعتمادبه‌نفس‌دار تبدیل می‌شود.

۵ ساختن یک روال روزانه

توله‌ها با نظم و قابل‌پیش‌بینی‌بودن، احساس امنیت می‌کنند و بهتر یاد می‌گیرند. یک روال روزانه منظم - زمان‌های مشخص برای غذا، دستشویی، بازی، آموزش و استراحت - هم آموزش توالی را آسان می‌کند و هم به توله کمک می‌کند بداند چه انتظاری داشته باشد. این روال نباید سفت‌وسخت باشد، اما یک ریتم کلی به زندگی توله نظم می‌دهد.

نکته مهمی که اغلب فراموش می‌شود: توله‌ها به خواب زیاد نیاز دارند - بسیار بیشتر از سگ بالغ. توله‌ای که بیش‌ازحد تحریک و از خواب محروم شود، مثل کودکی خسته، بی‌قرار و بدخلق می‌شود.

(همان حالتی که گاهی با بیش‌فعالی اشتباه گرفته می‌شود). در روال روزانه، زمان کافی برای استراحت بی‌مزاحمت در نظر بگیرید.

♦ مثال واقعی

یک ریتم نمونه: بیدار شدن و بردن فوری به دستشویی، صبحانه، کمی بازی و آموزش کوتاه، استراحت طولانی، دوباره دستشویی و بازی، و همین‌طور در طول روز. این چرخه هم نیازها را پوشش می‌دهد و هم توالی را آسان می‌کند.

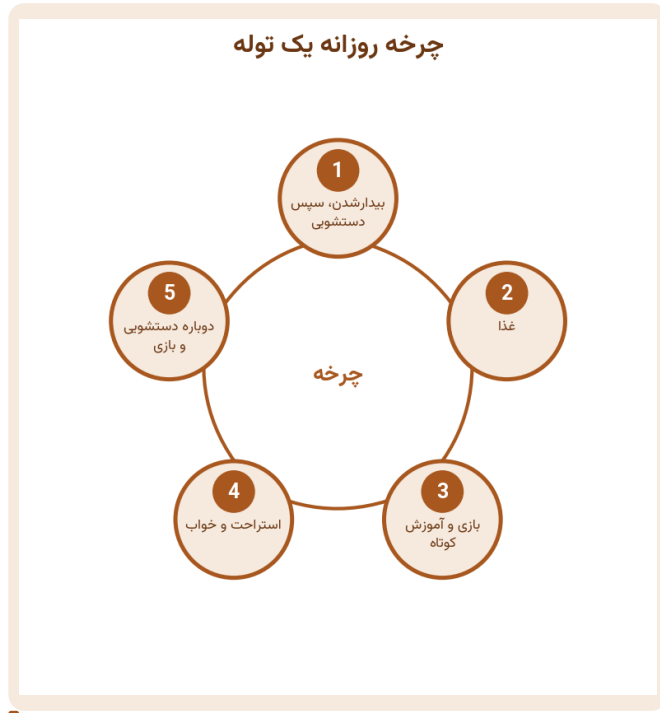
◀ چک‌لیست شروع

اولین هفته توله - کارهای کلیدی:

- یک روال روزانه ساده برای غذا، دستشویی، بازی و خواب تنظیم کنید.
- نام توله را با بازی نام (گفتن نام، پاداش هنگام توجه) آموزش دهید.
- آشنایی مثبت با کنل/فضای امن و قلاده را بسیار تدریجی شروع کنید.
- اجتماعی‌سازی ایمن (صداها، آدم‌های خانه) را آغاز کنید.
- زمان کافی برای خواب و استراحت بی‌مزاحمت فراهم کنید.

● نکته

توله‌ها روزانه ساعت‌های زیادی می‌خوابند. اگر توله بیش‌ازحد بی‌قرار و بدخلق شده، گاهی مشکل، کمبود خواب است نه کمبود فعالیت. فرصت استراحت بدهید.

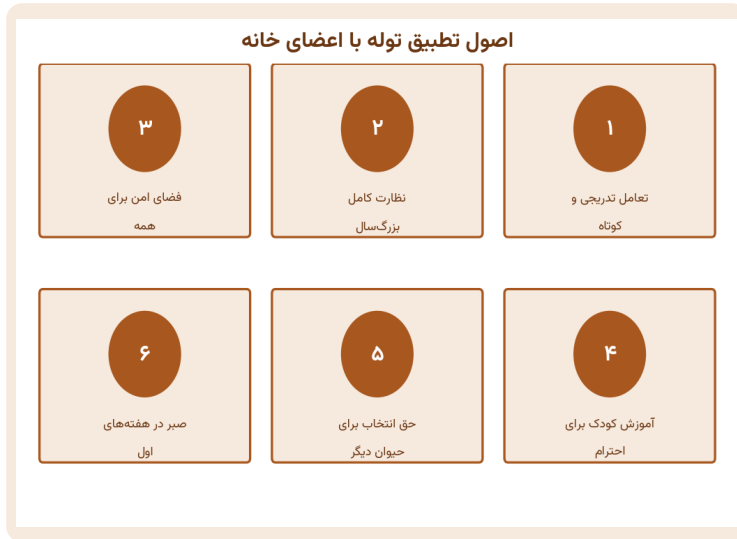


شکل ۲۲-۲ یک روال منظم، امنیت توله و آموزش را تقویت می‌کند.

۶ تطبیق توله با کودکان و حیوانات خانه

اگر توله‌ای به خانه‌ای با کودک یا حیوان دیگر می‌آورید، روزهای اول پایه رابطه بلندمدت آن‌ها را می‌سازد. توله‌ها انرژی و کنجکاوی زیادی دارند و ممکن است حیوان بزرگ‌تر یا کودک را با بازی پرشور خسته یا اذیت کنند. وظیفه شما مدیریت این تعامل‌هاست: آن‌ها را تدریجی، کوتاه و تحت نظارت به هم نزدیک کنید و به همه - توله، کودک و حیوان دیگر - فضای امن و راه فرار بدهید.

به کودکان بیاموزید که توله یک اسباب‌بازی نیست و به استراحت و آرامش نیاز دارد؛ و به توله کمک کنید با بازی مناسب و کنترل‌شده، رفتار درست با کودک را یاد بگیرد. برای حیوان دیگر خانه (مثلاً گربه یا سگ بزرگ‌تر)، اجازه دهید با ریتم خودش توله را بپذیرد و هرگز تعامل را به آن تحمیل نکنید. صبر و نظارت در این هفته‌های اول، از بسیاری مشکلات آینده پیش‌گیری می‌کند.



- شکل ۳-۲۲ تطبیق توله با کودکان و حیوانات، به مدیریت و صبر نیاز دارد.
- تعامل توله با کودک و حیوان دیگر را تدریجی، کوتاه و تحت نظارت انجام دهید.
 - به همه - توله، کودک، حیوان دیگر - فضای امن و راه فرار بدهید.
 - به کودکان بیاموزید که توله به استراحت نیاز دارد و اسباب‌بازی نیست.
 - بازی توله با کودک را به سمت رفتار درست (بدون گاز و پريدن) هدایت کنید.
 - اجازه دهید حیوان دیگر خانه با ریتم خودش توله را بپذیرد.

! هشدار جدی

توله و کودک را هرگز بدون نظارت کامل تنها نگذارید. توله ممکن است ندانسته کودک را گاز بازی بگیرد و کودک ممکن است ندانسته توله را اذیت کند؛ نظارت بزرگسال ضروری است.

☆ نکته طلایی

رابطه خوب توله با کودکان و حیوانات خانه، در همین هفته‌های اول و با مدیریت صبورانه شما شکل می‌گیرد. این پایه، عمری دوام می‌آورد.

خواب و استراحت توله: یک نیاز پنهان

یکی از مهم‌ترین و در عین حال نادیده‌گرفته‌شده‌ترین نیازهای توله‌سگ، خواب کافی است. توله‌ها - مثل نوزادان - به ساعت‌های زیادی خواب در روز نیاز دارند، بسیار بیشتر از یک سگ بالغ. این

خواب برای رشد جسمی و مغزی، و برای پردازش آموخته‌ها ضروری است. متأسفانه، در هیجان داشتن یک توله، گاهی او را بیش‌ازحد تحریک و از استراحت محروم می‌کنیم، بی‌آنکه بدانیم.

توله‌ای که خواب کافی ندارد، درست مثل کودکی خسته، بدخلق، بیش‌فعال و بی‌قرار می‌شود. حالتی که اغلب با «انرژی زیاد» اشتباه گرفته می‌شود و ما را به فعالیت بیشتر (و خواب کمتر) ترغیب می‌کند، که اوضاع را بدتر می‌کند. اگر توله‌تان بی‌قرار، گازگیر یا بیش‌ازحد هیجان‌زده شده، گاهی راه‌حل، فعالیت بیشتر نیست، بلکه فرصت استراحت آرام است. یک فضای امن و ساکت برای خواب فراهم کنید و اجازه دهید توله به اندازه کافی بخوابد.



شکل: ۴-۲۲ خواب کافی، نیازی پنهان اما حیاتی برای توله است.

☆ نکته طلایی

اگر توله‌تان بدخلق و بیش‌فعال شده، پیش از افزودن فعالیت، از خود بپرسید: آیا به اندازه کافی خوابیده است؟ گاهی بهترین کار، فراهم کردن آرامش برای خواب است.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « روزهای اول را آرام و امن کنید؛ کمی ترس و گریه شبانه طبیعی است.
- « اولویت‌ها به سن بستگی دارند: اول امنیت، بعد اجتماعی‌سازی و توالی، بعد دستورها.
- « دوران دندان‌درآوردن، اوج میل به جویدن است؛ با همدلی و گزینه مجاز مدیریت کنید.

- « از تقویت ناخواسته رفتارهای بامزه و باور «بزرگ که شد درست می‌شود» بپرهیزید.
- « یک روال روزانه منظم و خواب کافی، به توله امنیت و نظم می‌دهد.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: توله‌ام شب‌ها گریه می‌کند؛ بروم پیشش یا نه؟

پاسخ: در شب‌های اول، نزدیک‌بودن جای خوابش به شما کمک می‌کند احساس امنیت کند. به نیازهای واقعی (دستشویی) پاسخ دهید، اما از ساختن عادت توجه پرهیجان به هر صدا بپرهیزید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: از چه سنی آموزش دستورها را شروع کنم؟

پاسخ: می‌توانید از همان هفته‌های اول با دستورهای ساده کوتاه و بازیگوشانه شروع کنید. توله‌ها زودتر از آنچه فکر می‌کنید یاد می‌گیرند؛ فقط جلسه‌ها را کوتاه و مثبت نگه دارید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: توله‌ام خیلی بیش‌فعال است؛ چه کنم؟

پاسخ: اول مطمئن شوید خواب کافی دارد؛ کمبود خواب در توله‌ها به بدخلقی و بی‌قراری منجر می‌شود. تعادل میان فعالیت و استراحت، کلید است.

✓ همین امروز چه کنم؟

- یک روال روزانه ساده برای توله‌تان (غذا، دستشویی، بازی، خواب) بنویسید.
- بازی نام را برای آموزش نام توله شروع کنید.
- محیط خانه را برای ایمنی توله بررسی و خطرها را حذف کنید.

فصل

۲۳

سگ‌های نجات‌یافته و بزرگ‌سال تازه‌وارد

سگی با گذشته نامعلوم، به زمان، صبر و اعتمادسازی نیاز دارد.

در این فصل می‌خوانید

- قانون سه‌سه‌سه برای سازگاری
- اعتمادسازی با سگ ترسیده
- رفع عادت‌های جافتاده
- تربیت سگ بزرگ‌سال شدنی است

سگ نجات‌یافته یا بزرگ‌سال تازه‌وارد، گذشته‌ای دارد که شما از آن بی‌خبرید: شاید ترس، شاید بی‌مهری، شاید فقط تغییرهای پیاپی. صبر و اعتمادسازی تدریجی، بزرگ‌ترین هدیه‌ای است که می‌توانید به او بدهید.

۱ درک سگ تازه‌وارد

پذیرفتن یک سگ بزرگ‌سال یا نجات‌یافته، کاری شریف و ارزشمند است، اما با توله‌گرفتن فرق دارد. این سگ‌ها اغلب تاریخچه‌ای دارند که شما نمی‌دانید: ممکن است تجربه‌های بد، نبود آموزش، یا تغییرهای مکرر محیط را پشت سر گذاشته باشند. برخی کاملاً سالم و اجتماعی‌اند و فقط به خانه‌ای تازه نیاز دارند؛ برخی دیگر ترس‌ها یا عادت‌هایی دارند که به زمان و مدارا نیاز دارند.

مهم‌ترین چیزی که باید بپذیرید این است: رابطه و اعتماد، یک‌شبه ساخته نمی‌شوند. سگ تازه‌وارد شما را نمی‌شناسد و دلیلی ندارد که از همان ابتدا به شما اعتماد کند. وظیفه شما این است که با ثبات، آرامش و مهربانی، به تدریج ثابت کنید که خانه تازه‌اش، جای امنی است. این فرایند نه با زور، بلکه با صبر پیش می‌رود.

☆ نکته طلایی

توقع‌تان را تنظیم کنید: سگ تازه‌وارد در روزها و هفته‌های اول، «خود واقعی‌اش» را نشان نمی‌دهد. شخصیت کامل او فقط پس از احساس امنیت کامل، آشکار می‌شود. به او زمان بدهید تا شکوفا شود.

۲ قاعده: ۳-۳-۳ مراحل سازگاری

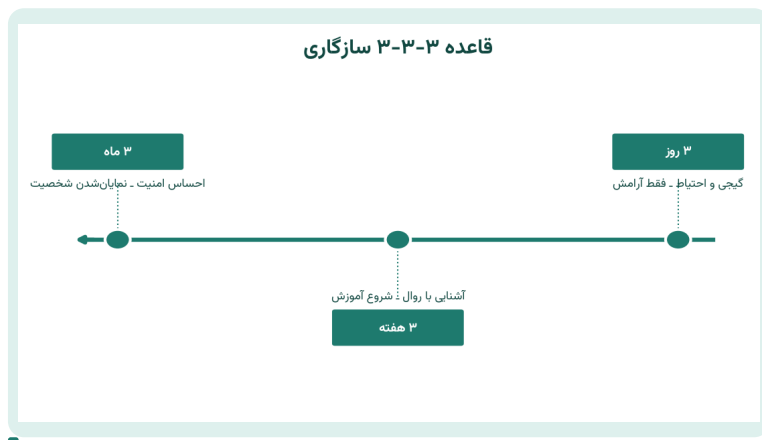
یک راهنمای تقریبی و پرکاربرد برای دوران سازگاری سگ تازه‌وارد، «قاعده ۳-۳-۳» است: سه روز اول، سه هفته اول و سه ماه اول. این بازه‌ها دقیق و قطعی نیستند و هر سگ ریتم خودش را دارد، اما این چارچوب به شما کمک می‌کند انتظارات واقع‌بینانه داشته باشید و در روزهای سخت اول ناامید نشوید.

بازه	حال و روز تقریبی سگ	کار شما
۳ روز اول	گیج، مضطرب، محتاط یا پنهان	آرامش، فشار صفر، فضای امن
۳ هفته اول	کم‌کم آرام و آشنا با روال	روال منظم، شروع تدریجی آموزش
۳ ماه اول	احساس امنیت، نمایان‌شدن شخصیت	تعمیق رابطه و آموزش

در سه روز اول، کمتر بهتر است: به سگ فشار نیاورید، مهمان دعوت نکنید و اجازه دهید با ریتم خودش محیط را کشف کند. در سه هفته اول، با برقراری یک روال منظم، سگ کم‌کم احساس امنیت می‌کند و آماده یادگیری می‌شود. و در سه ماه اول، رابطه عمیق می‌شود و شخصیت واقعی سگ ظاهر می‌گردد.

نکته

اگر سگ تازه‌وارد در روزهای اول خود را پنهان می‌کند یا کم‌ غذا می‌خورد، تا حدی طبیعی است. اما بی‌اشتهایی طولانی، نشانه بیماری یا استرس شدید است؛ در این صورت با دامپزشک مشورت کنید.



شکل ۱-۲۳ مراحل تقریبی سازگاری سگ تازه‌وارد.

۳ اعتمادسازی گام به گام

اعتماد، پایه هر رابطه و هر آموزشی است. برای سگی که گذشته‌اش نامعلوم است، اعتمادسازی باید آگاهانه و تدریجی باشد. اصل کلیدی این است که شما به منبع ثابت چیزهای خوب (غذا، امنیت، آرامش) تبدیل شوید، بدون اینکه چیزی را به سگ تحمیل کنید. اجازه دهید سگ با سرعت خودش به شما نزدیک شود.

- اجازه دهید سگ به‌سوی شما بیاید؛ او را برای نوازش یا تماس مجبور نکنید.
- منبع غذا و چیزهای خوب باشید؛ این ساده‌ترین پل اعتماد است.
- حرکات آرام، صدای ملایم و قابل‌پیش‌بینی‌بودن، به سگ امنیت می‌دهد.
- به فضای شخصی سگ احترام بگذارید، به‌ویژه هنگام غذا و خواب.
- از تنبیه و فشار به‌کلی پرهیز کنید؛ این‌ها اعتماد را نابود می‌کنند.

زبان بدن سگ را در این دوران به‌دقت بخوانید (فصل سه). نشانه‌های استرس - مثل خود را کوچک‌کردن، اجتناب از نگاه، یا عقب‌کشیدن - به شما می‌گویند که باید آهسته‌تر پیش بروید. هر تجربه مثبت و بی‌فشار، یک آجر دیگر در دیوار اعتماد است. عجله، تنها چیزی است که می‌تواند این دیوار را خراب کند.

★ نکته طلایی

بگذارید سگ انتخاب کند. سگی که آزاد است نزدیک شود یا فاصله بگیرد، سریع‌تر اعتماد می‌کند تا سگی که در آغوش گرفته یا به تعامل مجبور می‌شود. حق انتخاب، به سگ احساس امنیت می‌دهد.

۴ اصلاح عادت‌های جافتاده

سگ بزرگ‌سال ممکن است عادت‌هایی داشته باشد که جا افتاده‌اند - خوب یا بد. خبر خوب این است که این باور قدیمی که «سگ پیر را نمی‌توان آموزش داد» نادرست است؛ سگ‌ها در هر سنی یاد می‌گیرند. اصول یادگیری (فصل یازده) برای سگ بالغ هم دقیقاً همان اصول است: پاداش رفتار درست، مدیریت محیط و صبر. تنها تفاوت این است که اصلاح یک عادت جافتاده، گاهی کمی بیشتر از آموزش یک رفتار تازه زمان می‌برد.

ابتدا روی پایه‌ها کار کنید، نه روی همه‌چیز هم‌زمان. وقتی سگ احساس امنیت کرد و رابطه شکل گرفت، آموزش دستوره‌های پایه (فصل پانزده) را شروع کنید. این آموزش‌ها، علاوه بر فایده عملی، خودشان ابزار اعتمادسازی و ارتباط‌اند. برای رفتارهای مشکل‌ساز خاص (ترس، پرخاشگری، اضطراب جدایی)، به فصل‌های مربوط مراجعه کنید و در موارد جدی از متخصص کمک بگیرید.

◆ مثال واقعی

اگر سگ تازه‌وارد، توالت را در محیط جدید رعایت نمی‌کند، لزوماً «بی‌تربیت» نیست؛ ممکن است در محیط قبلی متفاوت آموزش دیده باشد یا استرس داشته باشد. مثل یک توله، برنامه آموزش توالت (فصل سیزده) را با صبر از نو اجرا کنید.

✗ اشتباه رایج

انتظار نداشته باشید سگ تازه‌وارد از روز اول همه قوانین خانه شما را بداند. او ذهن‌خوان نیست و قوانین شما را نمی‌داند. به جای ناامیدی، با آموزش روشن و مثبت، انتظاراتان را به او بیاموزید.

۵ صبر، کلید همه‌چیز

اگر یک پیام از این فصل با خود ببرید، همین است: صبر. سگ نجات‌یافته‌ای که در هفته‌های اول خجالتی، ترسیده یا حتی بدرفتار به نظر می‌رسد، می‌تواند با گذشت زمان و مدارا به یک همدم

وفادار و آرام تبدیل شود. بسیاری از صاحبان سگ‌های نجات‌یافته می‌گویند که دیدن شکوفاشدن تدریجی سگ‌شان، یکی از پاداش‌دهنده‌ترین تجربه‌های زندگی‌شان بوده است.

پیشرفت همیشه خطی نیست؛ روزهای خوب و بد خواهید داشت و گاهی پسرفت می‌بینید. این طبیعی است. به مسیر کلی نگاه کنید، نه نوسان‌های روزانه. و یادتان باشد که کمک‌گرفتن از دامپزشک یا متخصص رفتار، به‌ویژه برای سگی با گذشته نامعلوم و مشکلات جدی، یک گام هوشمندانه و مسئولانه است، نه نشانه ناتوانی.

☆ نکته طلایی

هر سگی شایسته یک شروع تازه است. با صبر، ثبات و مهربانی، شما نه فقط یک سگ، بلکه یک رابطه را نجات می‌دهید. زمانی که صرف اعتمادسازی می‌کنید، چندین برابر به شما باز می‌گردد.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگ نجات‌یافته‌ام بعد از یک هفته هنوز از من می‌ترسد؛ کار اشتباهی کرده‌ام؟
پاسخ: نه لزوماً. یک هفته زمان بسیار کوتاهی است؛ بر اساس قاعده ۳-۳-۳ احساس امنیت واقعی ماه‌ها طول می‌کشد. به فشارنیاوردن و منبع چیزهای خوب بودن ادامه دهید و به سگ زمان بدهید.

نردبان اعتمادسازی با سگ تازه‌وارد



شکل ۲۳-۲: اعتماد، پله‌پله و با صبر ساخته می‌شود.

۶ معرفی سگ نجات‌یافته به خانه و حیوانات

معرفی یک سگ نجات‌یافته یا بزرگ‌سال به اعضای خانه و حیوانات دیگر، به دقت و صبر بیشتری نسبت به یک توله نیاز دارد، چون این سگ گذشته‌ای نامعلوم دارد و ممکن است تجربه‌های بد یا ترس‌هایی داشته باشد. در روزهای اول - که بر اساس قاعده ۳-۳-۳ دوره سازگاری است - فشار را به حداقل برسانید. اجازه دهید سگ ابتدا با محیط و با شما آرام شود، پیش از آنکه او را با محرک‌های بیشتر (مهمان، حیوان دیگر) روبه‌رو کنید.

برای معرفی به حیوان دیگر خانه، همان اصول فصل بیست‌وپنج را با احتیاط بیشتری به‌کار ببرید: شروع با آشنایی بویایی، سپس دیدارهای کوتاه و کنترل‌شده در محیط بی‌طرف، و افزایش تدریجی زمان. زبان بدن هر دو حیوان را به‌دقت بخوانید و در اولین نشانه تنش، با آرامش فاصله ایجاد کنید. به یاد داشته باشید که سگ تازه‌وارد در روزهای اول «خود واقعی‌اش» نیست؛ به او زمان بدهید تا با اطمینان شکوفا شود.



شکل ۳-۲۳ سگ نجات‌یافته را با صبر و گام‌به‌گام به خانه و حیوانات معرفی کنید.

- در روزهای اول فشار را به حداقل برسانید؛ اول بگذارید سگ با محیط آرام شود.
- معرفی به حیوان دیگر را با آشنایی بویایی و سپس دیدار کنترل‌شده شروع کنید.
- زبان بدن هر دو حیوان را بخوانید و در نشانه تنش، آرام فاصله ایجاد کنید.
- مهمان و محرک‌های زیاد را به روزهای بعد، پس از آرام شدن سگ، موکول کنید.
- به سگ تازه‌وارد زمان بدهید؛ شخصیت واقعی او پس از احساس امنیت ظاهر می‌شود.

نکته

اگر سگ نجات‌یافته نشانه‌های ترس یا پرخاشگری شدید نسبت به افراد یا حیوانات نشان داد، به فصل ترس و پرخاشگری مراجعه کنید و در صورت لزوم از متخصص رفتار کمک بگیرید.

نکته طلایی

با سگ نجات‌یافته، صبر بزرگ‌ترین هدیه است. معرفی آرام و بدون عجله به خانه و حیوانات، پایه یک رابطه امن و پایدار را می‌سازد.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « سگ تازه‌وارد گذشته‌ای نامعلوم دارد؛ رابطه و اعتماد یک‌شبه ساخته نمی‌شوند.
- « قاعده ۳-۳-۳ (سه روز، سه هفته، سه ماه) چارچوبی برای انتظارات واقع‌بینانه است.
- « اعتمادسازی تدریجی است: منبع چیزهای خوب باشید و به سگ حق انتخاب بدهید.
- « سگ بالغ در هر سنی یاد می‌گیرد؛ عادت‌های جاافتاده فقط کمی بیشتر زمان می‌برند.
- « صبر، مهم‌ترین ابزار است؛ در موارد جدی از متخصص کمک بگیرید.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگ بالغ را واقعا می‌توان آموزش داد؟

پاسخ: بله، قطعاً. باور «سگ پیر و آموزش‌ناپذیر» نادرست است. اصول یادگیری در هر سنی کار می‌کنند؛ فقط اصلاح عادت‌های قدیمی گاهی صبر بیشتری می‌خواهد.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: در روزهای اول چقدر باید به سگ تازه‌وارد توجه و نوازش کنم؟

پاسخ: بگذارید سگ پیش‌قدم شود. در روزهای اول، فضای امن و فشار صفر مهم‌تر از نوازش است. نوازش و تعامل را به انتخاب خود سگ واگذار کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم گاهی پیشرفت می‌کند و گاهی پس می‌رود؛ طبیعی است؟
 پاسخ: بله. پیشرفت در سگ‌های تازه‌وارد به‌ندرت خطی است. روزهای خوب و بد طبیعی‌اند؛ به روند کلی نگاه کنید، نه به نوسان روزانه.

✓ همین امروز چه کنم؟

- برای سگ تازه‌وارد یک فضای امن و آرام مشخص کنید و در روزهای اول فشار را به صفر برسانید.
- یک روال روزانه منظم برقرار کنید تا حس امنیت و پیش‌بینی‌پذیری شکل بگیرد.
- با غذادادن از دست (اگر سگ راحت است) اولین پل‌های اعتماد را بسازید.

فصل

۲۴

سگ مسن و نیازهای ویژه

سال‌های پایانی زندگی سگ، نیازمند توجه، نرمی و تطبیق است.

در این فصل می‌خوانید

- تغییرات جسمی و ذهنی در سالمندی
- تطبیق ورزش، تغذیه و محیط
- مدیریت درد و بیماری‌های شایع
- همراهی در روزهای دشوار

سگ مسن، عمری وفاداری و عشق به شما هدیه داده است. حالا نوبت ماست که سال‌های طلایی او را با مهربانی، آسایش و درک نیازهای تازه‌اش همراهی کنیم. پیری، بیماری نیست؛ مرحله‌ای است که مراقبت متفاوتی می‌طلبد.

۱ سگ من کی پیر می‌شود؟

زمان ورود به سالمندی در سگ‌ها یکسان نیست و تا حد زیادی به اندازه و نژاد بستگی دارد. به‌طور کلی، نژادهای بزرگ‌تر زودتر وارد سالمندی می‌شوند و عمر کوتاه‌تری دارند، در حالی که نژادهای کوچک‌تر دیرتر پیر می‌شوند و معمولاً عمر طولانی‌تری دارند. به‌جای تمرکز بر یک عدد دقیق، به نشانه‌های تدریجی تغییر در بدن و رفتار سگ توجه کنید.

پیری یک فرایند تدریجی است، نه یک اتفاق ناگهانی. کاهش انرژی، خواب بیشتر، کندتر شدن حرکات و گاهی تغییرهای رفتاری، به‌مرور ظاهر می‌شوند. شناخت این تغییرها کمک می‌کند مراقبت را به‌موقع تطبیق دهید و نشانه‌های بیماری را از نشانه‌های طبیعی پیری تشخیص دهید.

نکته

سن دقیق ورود به سالمندی و نیازهای آن، برای هر سگ متفاوت است. دامپزشک، با توجه به نژاد، اندازه و وضعیت سگ شما، بهترین راهنما برای تشخیص شروع سالمندی و تنظیم مراقبت است.

۲ تغییرهای جسمی و سازگاری با آن‌ها

بدن سگ مسن مثل بدن انسان مسن، تغییر می‌کند. مفاصل ممکن است سفت و دردناک شوند، بینایی و شنوایی کم شود، دندان‌ها مشکل پیدا کنند و سیستم گوارش حساس‌تر شود. هیچ‌کدام از این‌ها به‌معنای پایان زندگی فعال نیست؛ فقط نیازمند سازگاری مهربانانه‌اند. هدف ما حفظ آسایش و کیفیت زندگی است.

تغییر	نشانه	سازگاری
مفاصل و حرکت	سفتی، کندی، تردید در پله	بستر نرم، مسیر بی مانع، ورزش ملایم
بینایی/شنوایی	برخورد به اشیا، کم توجهی به صدا	ثبات چیدمان، علائم لمسی/تصویری
دندان	بوی بد، کم اشتها	بررسی منظم، غذای مناسب
گوارش/وزن و وزن	تغییر اشتها	رژیم مناسب سن با نظر دامپزشک

سازگاری‌های ساده می‌توانند تفاوت بزرگی در آسایش سگ مسن ایجاد کنند: یک بستر نرم و گرم برای مفاصل دردناک، دسترسی آسان به آب و غذا، پرهیز از پله‌های زیاد، و حفظ ثبات چیدمان خانه برای سگی که بینایی کم شده. این تغییرهای کوچک، نشانه احترام به همدمی است که سال‌ها کنار شما بوده.

☆ نکته طلایی

ورزش را متوقف نکنید، بلکه تطبیق دهید. پیاده‌روی‌های کوتاه‌تر و ملایم‌تر، مفاصل را روان و ذهن را فعال نگه می‌دارند. بی‌حرکی کامل، برای سگ مسن به اندازه فشار زیاد، زیان‌بار است.

۳ تغییرهای ذهنی و رفتاری

درست مانند انسان‌ها، برخی سگ‌های مسن دچار تغییرهای شناختی می‌شوند. ممکن است گاهی گیج به نظر برسند، الگوی خوابشان به هم بریزد، در جاهای آشنا سردرگم شوند، یا رفتارهای تازه‌ای نشان دهند. این تغییرها می‌توانند برای صاحب نگران‌کننده باشند، اما شناخت آن‌ها کمک می‌کند با صبر و همدلی - نه عصبانیت - با آن‌ها برخورد کنید.

بسیار مهم است که این تغییرها را با دامپزشک در میان بگذارید، چون برخی از آن‌ها ممکن است نشانه مشکلات قابل‌درمان باشند، نه صرفاً پیری. هرگز تغییر رفتار سگ مسن را «فقط پیری» فرض نکنید و از بررسی آن صرف‌نظر نکنید؛ گاهی درد یا یک بیماری زمینه‌ای، علت واقعی است.

- تغییرهای رفتاری سگ مسن را یادداشت و با دامپزشک مطرح کنید.
- روال روزانه ثابت و محیط آشنا، به سگ گیج احساس امنیت می‌دهد.
- صبور باشید؛ سگ مسنی که گیج یا کندتر شده، نیاز به مهربانی بیشتری دارد.
- تحریک ذهنی ملایم (بازی‌های ساده، بوییدن) ذهن سگ مسن را فعال نگه می‌دارد.

! هشدار جدی

تغییر ناگهانی رفتار، گیجی، یا نشانه‌های جدید در سگ مسن را همیشه با دامپزشک بررسی کنید. بسیاری از این موارد قابل‌مدیریت یا درمان‌اند و نباید به‌سادگی به پای پیری گذاشته شوند.

۴ سلامت و آسایش در سالمندی

سگ‌های مسن به مراقبت پزشکی منظم‌تری نیاز دارند. معاینه‌های دوره‌ای مکررتر (طبق نظر دامپزشک) کمک می‌کند مشکلات زود تشخیص داده شوند، چون در این سن، تشخیص زودهنگام اهمیت بیشتری دارد. درد، به‌ویژه درد مفاصل، یکی از شایع‌ترین مشکلات سگ مسن است و خوشبختانه اغلب قابل‌مدیریت است - اما فقط با تشخیص و تجویز دامپزشک.

سگ‌ها در پنهان‌کردن درد بسیار ماهرند، پس نشانه‌های ظریف را جدی بگیرید: تردید در بالا و پایین رفتن، کندی در برخاستن، کاهش تمایل به بازی، یا تغییر خلق‌و‌خو می‌توانند نشانه درد باشند. شناخت این نشانه‌ها به شما کمک می‌کند به‌موقع برای تسکین درد اقدام کنید و کیفیت زندگی سگ را حفظ کنید.

♦ مثال واقعی

نشانه‌های ظریف درد در سگ مسن: مکث طولانی پیش از نشستن یا برخاستن، ناله هنگام حرکت، لیسیدن مداوم یک مفصل، یا بی‌میلی به پرشی که قبلاً راحت انجام می‌داد. این نشانه‌ها را به دامپزشک گزارش دهید.

★ نکته طلایی

کیفیت زندگی، معیار اصلی است. هدف مراقبت از سگ مسن، نه فقط طولانی‌کردن عمر، بلکه پر کردن روزهای او از آسایش، آرامش و محبت است. درد قابل‌مدیریت را مدیریت کنید و لحظه‌های خوب را قدر بدانید.

۵ سال‌های پایانی و خداحافظی

بخشی از مسئولیت و عشق به یک سگ، رویارویی با این واقعیت است که عمر آن‌ها از ما کوتاه‌تر است. صحبت درباره سال‌های پایانی سخت است، اما آمادگی و آگاهی می‌تواند به شما و سگ‌تان کمک کند این دوران را با آرامش بیشتری بگذرانید. مراقبت در این مرحله، بر آسایش و کاهش رنج متمرکز می‌شود.

تصمیم‌های دشوار در این دوران - درباره درمان، مراقبت و گاهی پایان زندگی بدون رنج - تصمیم‌هایی عمیقاً شخصی و دل‌خراش‌اند که باید با راهنمایی و همدلی دامپزشک مورداستمدادتان گرفته شوند. دامپزشک می‌تواند به شما کمک کند کیفیت زندگی سگ را به شکل واقع‌بینانه بسنجید و بهترین تصمیم را برای کاهش رنج او بگیرید. در این مسیر تنها نیستید.

نکته

اندوه ازدست‌دادن یک سگ، واقعی و عمیق است و حق شماست که سوگواری کنید. این غم، بازتاب عشقی است که به او داشته‌اید. اگر این دوران برایتان سنگین است، صحبت با کسانی که این تجربه را درک می‌کنند، می‌تواند کمک‌کننده باشد.

نکته طلایی

بهترین کاری که برای سگ مسن‌تان می‌توانید بکنید، حضور آرام و پرمحبت است. روزهای خوب را جشن بگیرید، آسایشش را در اولویت بگذارید و بگذارید بداند که تا آخرین لحظه، دوست‌داشته شده است.



شکل ۱-۲۴: شش رکن مراقبت مهربانانه از سگ مسن.

نادرست	درست
• بی‌تحریک کامل به بهانه پیری • نادیده‌گرفتن نشانه‌های درد • تغییر مداوم چیدمان خانه • فرض «فقط پیری است» برای هر مشکل	• تطبیق ورزش به‌جای توقف کامل • بررسی هر تغییر رفتار با دامپزشک • بستر نرم و محیط بی‌مانع • تمرکز بر کیفیت زندگی

شکل ۲-۲۴: کلیدهای مراقبت درست از سگ سالمند.

نشانه‌های زوال شناختی و حمایت از سگ مسن

برخی سگ‌های مسن، علاوه بر تغییرهای جسمی، دچار تغییرهای شناختی می‌شوند که گاهی به آن «زوال شناختی سنی» گفته می‌شود. نوعی تغییر در عملکرد ذهنی که شباهت‌هایی به فراموشی در انسان دارد. نشانه‌ها می‌توانند شامل سردرگمی در محیط آشنا، تغییر الگوی خواب (مثلا بیداری شبانه)، کاهش تعامل، یا گم کردن عادت‌های آموخته‌شده باشند. شناخت این نشانه‌ها کمک می‌کند با همدلی - نه ناامیدی - با سگ مسن رفتار کنید.

بسیار مهم است که این تغییرها را با دامپزشک در میان بگذارید، چون برخی از آن‌ها ممکن است قابل مدیریت یا نشانه مشکلات دیگری باشند. برای حمایت از سگ مسن، چند کار ساده کمک‌کننده است: حفظ روال روزانه ثابت و محیط آشنا (که به سگ سردرگم امنیت می‌دهد)، تحریک ذهنی ملایم برای فعال نگه داشتن ذهن، و صبر و مهربانی بیشتر. سگ مسن سال‌ها به شما وفادار بوده؛ حالا نوبت ماست که با مدارا کنارش باشیم.



شکل ۳-۲۴ تغییرهای شناختی سگ مسن را با روال ثابت، تحریک ملایم و صبر مدیریت کنید.

- نشانه‌های زوال شناختی (سردرگمی، تغییر خواب، کاهش تعامل) را جدی بگیرید.
- این تغییرها را با دامپزشک بررسی کنید؛ برخی قابل مدیریت‌اند.
- روال روزانه ثابت و محیط آشنا، به سگ سردرگم احساس امنیت می‌دهد.
- تحریک ذهنی ملایم (بازی‌های ساده، بوییدن) ذهن سگ مسن را فعال نگه می‌دارد.
- با صبر و مهربانی بیشتر رفتار کنید؛ سگ مسن کندتر و حساس‌تر شده است.

نکته

تغییرهای رفتاری در سگ مسن را هرگز صرفاً «پیری طبیعی» فرض نکنید. بسیاری از آنها قابل بررسی و گاه قابل مدیریت‌اند؛ نظر دامپزشک می‌تواند کیفیت زندگی سگ را بهبود دهد.

نکته طلایی

سگ مسن که گاهی گیج یا کندتر می‌شود، به همان عشقی نیاز دارد که در جوانی به شما داد. روال ثابت، محیط آشنا و صبر شما، بهترین حمایت برای اوست.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « زمان ورود به سالمندی به اندازه و نژاد بستگی دارد؛ به نشانه‌های تدریجی توجه کنید.
- « تغییرهای جسمی را با سازگاری‌های ساده (بستر نرم، ورزش ملایم) همراهی کنید.
- « تغییرهای رفتاری سگ مسن را همیشه با دامپزشک بررسی کنید، نه «فقط پیری».
- « درد را جدی بگیرید؛ سگ‌ها درد را پنهان می‌کنند و تسکین آن کیفیت زندگی را حفظ می‌کند.
- « در سال‌های پایانی، آسایش و کیفیت زندگی را در اولویت بگذارید و از دامپزشک راهنمایی بگیرید.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگ مسنم کم‌تحرك شده؛ ورزش را قطع کنم؟
پاسخ: نه. ورزش را تطبیق دهید: پیاده‌روی‌های کوتاه‌تر و ملایم‌تر. بی‌تحركی کامل به مفاصل و ذهن سگ آسیب می‌زند. شدت مناسب را با نظر دامپزشک تعیین کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: از کجا بفهمم سگ مسنم درد دارد؟
پاسخ: به نشانه‌های ظریف توجه کنید: کندی در برخاستن، ناله هنگام حرکت، بی‌میلی به فعالیت‌های قبلی، یا تغییر خلق. این‌ها را به دامپزشک گزارش دهید؛ درد اغلب قابل مدیریت است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: رفتار سگ مسنم تغییر کرده؛ طبیعی است؟

پاسخ: ممکن است بخشی از پیری باشد، اما حتماً با دامپزشک بررسی کنید. برخی تغییرها نشانه مشکلات قابل درمان اند و نباید نادیده گرفته شوند.

✓ همین امروز چه کنم؟

- محیط خانه را برای آسایش سگ مسن بررسی کنید (بستر نرم، مسیر بی مانع، دسترسی آسان به آب).
- هر تغییر رفتاری یا نشانه درد را یادداشت و در معاینه بعدی با دامپزشک مطرح کنید.
- برنامه ورزش سگتان را به فعالیت ملایم و کوتاه تطبیق دهید.

فصل

۲۵

سفر، مهمانی، کودکان و حیوانات دیگر

زندگی واقعی پر از موقعیت‌های تازه است؛ سگ آماده، در همه‌جا آرام است.

در این فصل می‌خوانید

- سفر با خودرو و اقامت بیرون از خانه
- مدیریت مهمانی و افراد غریبه
- سگ و کودک؛ قانون‌های ایمنی
- معرفی سگ به حیوان خانگی دیگر

زندگی با سگ، فقط آموزش دستورها نیست؛ گذراندن موقعیت‌های روزمره است: سفر، مهمانی، حضور کودکان و آشنایی با حیوانات دیگر. با کمی آمادگی، این موقعیت‌ها به جای استرس، به تجربه‌های امن و خوشایند تبدیل می‌شوند.

۱ سفر و ایمنی در خودرو

بسیاری از سگ‌ها سفر را دوست دارند، اما سفر امن و آرام به آمادگی نیاز دارد. اولین و مهم‌ترین نکته، ایمنی در خودروست. سگ آزاد و کنترل‌نشده در ماشین، هم برای خودش و هم برای سرنشینان خطرناک است؛ او می‌تواند حواس راننده را پرت کند یا در ترمز ناگهانی آسیب ببیند. استفاده از یک روش مهار ایمن (مثل بند مخصوص خودرو یا باکس) ضروری است.

اگر سگ شما به سفر عادت ندارد یا در ماشین مضطرب می‌شود، با حساسیت‌زدایی تدریجی شروع کنید: ابتدا فقط نشستن در ماشین خاموش با پاداش، سپس روشن‌کردن موتور، و بعد سفرهای بسیار کوتاه و خوشایند. برخی سگ‌ها در سفر دچار تهوع می‌شوند؛ در این مورد و برای سفرهای طولانی، با دامپزشک مشورت کنید.

- همیشه از یک روش مهار ایمن (بند مخصوص خودرو یا باکس محکم) استفاده کنید.
- سگ را هرگز در ماشین بسته و در هوای گرم تنها نگذارید - حتی برای چند دقیقه.
- برای سفر، آب، ظرف، کیسه بهداشتی و دفترچه سلامت سگ را همراه ببرید.
- در سفرهای طولانی، توقف‌های منظم برای آب، دستشویی و کمی حرکت در نظر بگیرید.
- اگر سگ در ماشین مضطرب است، با سفرهای کوتاه و مثبت او را عادت دهید.

! هشدار جدی

هرگز سگ را در خودروی پارک‌شده و بسته رها نکنید، به‌ویژه در هوای گرم. دمای داخل ماشین به سرعت به سطح کشنده می‌رسد و گرم‌زدگی می‌تواند ظرف دقایقی جان سگ را بگیرد. این یکی از خطرناک‌ترین اشتباه‌های رایج است.

۲ مدیریت مهمان و ورود افراد

ورود مهمان، یکی از هیجان‌انگیزترین (و گاه استرس‌زاترین) لحظه‌ها برای سگ است. واکنش

سگ‌ها متفاوت است: برخی از شدت شادی می‌پرند و پارس می‌کنند، برخی محتاط یا مضطرب می‌شوند. آمادگی پیش از ورود مهمان، تفاوت بزرگی ایجاد می‌کند. مهارت‌هایی که قبلاً آموختیم - به‌ویژه «جای خودت» و «بشین برای سلام» - اینجا به کار می‌آیند.

برای سگی که از شدت هیجان می‌پرد، از روش فصل بیست‌ویک استفاده کنید: مهمان تا وقتی سگ آرام نشده به او توجه نکند. می‌توانید سگ را تا فروکش کردن هیجان اولیه با بند کنترل کنید یا به «جای خودش» بفرستید. برای سگ مضطرب یا ترسیده، فشار نیاورید؛ بگذارید با ریتم خودش و از فاصله امن، مهمان را بپذیرد و هرگز مهمان را وادار به نزدیک شدن یا نوازش اجباری نکنید.

گام به گام

پروتکل ورود مهمان:

- پیش از ورود مهمان، کمی انرژی سگ را با بازی یا پیاده‌روی تخلیه کنید.
- از مهمان بخواهید هنگام ورود، تا آرام شدن سگ به او توجه نکند.
- سگ را به «جای خودش» بفرستید یا با بند کنترل کنید تا هیجان فروکش کند.
- وقتی سگ آرام شد، اجازه سلام آرام بدهید و رفتار خوب را پاداش دهید.
- برای سگ مضطرب، یک فضای امن دور از شلوغی فراهم کنید که بتواند به آن پناه ببرد.

نکته

اگر سگ شما نسبت به غریبه‌ها واکنش ترس یا پرخاشگری نشان می‌دهد، پیش از دعوت مهمان به فصل ترس و پرخاشگری مراجعه کنید و ایمنی را در اولویت بگذارید. در موارد جدی، مدیریت (مثلاً نگاه داشتن سگ در اتاقی جدا) امن‌ترین گزینه است.

۳ سگ و کودک: ایمنی در اولویت

رابطه سگ و کودک می‌تواند یکی از زیباترین رابطه‌ها باشد، اما به نظارت و آموزش هر دو طرف نیاز دارد. بسیاری از حوادث میان سگ و کودک، نه از سر پرخاشگری ذاتی سگ، بلکه به دلیل سوءتفاهم و نبود نظارت رخ می‌دهند؛ کودک ندانسته سگ را اذیت می‌کند یا نشانه‌های ناراحتی سگ را نمی‌فهمد. مسئولیت ایمنی، همیشه بر عهده بزرگسالان است.

قانون طلایی این است: هرگز کودک و سگ را بدون نظارت کامل یک بزرگسال تنها نگذارید، هر قدر هم که به سگ اعتماد دارید. این نه به معنای بی‌اعتمادی به سگ، بلکه احترام به این

واقعیت است که هم کودکان و هم سگ‌ها غیرقابل پیش‌بینی‌اند. به کودکان باید آموزش داد که چگونه با احترام با سگ رفتار کنند، و به سگ باید یک راه فرار و فضای امن داد.

به کودک بیاموزید	به سگ فراهم کنید
سگ را هنگام غذا و خواب اذیت نکند	فضای امن دور از دسترس کودک
سگ را نکشد، سوارش نشود، اذیتش نکند	حق عقب‌نشینی و فرار
آرام و بدون جیغ نزدیک شود	آموزش پایه برای آرام‌ماندن
نشانه «نه» سگ را بفهمد و رها کند	نظارت دائم بزرگ‌سال

! هشدار جدی

نظارت کامل بزرگ‌سال هنگام حضور سگ و کودک، غیرقابل مذاکره است. حتی آرام‌ترین سگ هم اگر درد بکشد یا بترسد ممکن است واکنش نشان دهد. هرگز این دو را به امان یکدیگر رها نکنید و نشانه‌های استرس سگ را جدی بگیرید.

☆ نکته طلایی

به کودکان بیاموزید که سگ یک اسباب‌بازی نیست، یک موجود زنده با احساسات است. کودکی که یاد می‌گیرد به فضا و نشانه‌های سگ احترام بگذارد، هم ایمن‌تر است و هم رابطه‌ای عمیق‌تر با حیوان می‌سازد.

رفتار درست و نادرست کودک با سگ	
نادرست	درست
• کشیدن گوش و دم	• نوازش آرام با اجازه
• سوارشدن یا فشاردادن سگ	• احترام به غذا و خواب سگ
• اذیت هنگام غذا خوردن	• نزدیک شدن بی‌جیغ و آرام
• دنبال کردن سگ فراری	• رهاکردن سگ وقتی می‌خواهد برود

شکل: ۱-۲۵ آموزش رفتار محترمانه کودک با سگ، پایه ایمنی است.

۴ آشناکردن با حیوانات دیگر

اگر می‌خواهید سگی تازه به خانه‌ای با حیوان دیگر (سگ یا گربه) بیاورید، یا برعکس، نحوه معرفی اولیه نقش بزرگی در رابطه بلندمدت آن‌ها دارد. عجله و معرفی ناگهانی، می‌تواند تنش و ترسی ایجاد کند که اصلاحش سخت است. اصل کلی، معرفی تدریجی، کنترل‌شده و مثبت است - درست مثل اجتماعی‌سازی.

برای آشناکردن دو سگ، یک ملاقات در محیطی بی‌طرف (نه قلمرو هیچ‌کدام) و با بند، اغلب بهتر از رهاکردن ناگهانی آن‌ها در خانه است. زبان بدن هر دو را بخوانید (فصل سه و دوازده) و در اولین نشانه‌های تنش، با آرامش فاصله ایجاد کنید. برای سگ و گربه، فرایند معمولاً کندتر است و باید با جداسازی اولیه و آشناسازی تدریجی از طریق بو و سپس دیدارهای کوتاه و کنترل‌شده پیش برود.

۱. معرفی را تدریجی و کنترل‌شده انجام دهید، نه ناگهانی.
۲. برای دو سگ، اولین دیدار در محیط بی‌طرف و با بند بهتر است.
۳. زبان بدن هر دو حیوان را بخوانید و در نشانه تنش، آرام فاصله ایجاد کنید.
۴. برای سگ و گربه، با جداسازی و آشنایی بویایی شروع کنید و آهسته جلو بروید.
۵. به گربه همیشه یک راه فرار و جای امن بلند (دور از دسترس سگ) بدهید.
۶. هر تعامل آرام را پاداش دهید و دیدارها را کوتاه و مثبت نگه دارید.

♦ مثال واقعی

هنگام آشناکردن سگ و گربه، می‌توانید ابتدا آن‌ها را در دو سوی یک در بسته غذا بدهید تا بوی یکدیگر را با تجربه خوشایند غذا پیوند بزنند، پیش از آنکه رودرو شوند.

! هشدار جدی

هرگز دو حیوان را در اولین برخورد به امان هم رها نکنید و انتظار نداشته باشید فوراً دوست شوند. پذیرش متقابل، روزها تا هفته‌ها زمان می‌برد. در این دوره، تعامل‌ها را تحت نظارت و کنترل نگه دارید.



شکل ۲-۲۵: آشناسازی تدریجی، پایه رابطه بلندمدت خوب است.

۵ گردش و حضور در مکان‌های عمومی

بردن سگ به فضاهای عمومی، فرصت خوبی برای ورزش، اجتماعی‌سازی و تفریح است، اما مسئولیت‌هایی هم دارد. رفتار مسئولانه در فضای عمومی، هم به ایمنی کمک می‌کند و هم تصویر مثبتی از سگ‌داری در ذهن دیگران می‌سازد. این موضوع به‌ویژه در بافت فرهنگی و اجتماعی ایران اهمیت دارد که در فصل بعد مفصل به آن می‌پردازیم.

- در مکان‌های عمومی، سگ را با بند و تحت کنترل نگه دارید.
- همیشه کیسه بهداشتی همراه داشته باشید و فضولات سگ را جمع کنید.
- به حریم و راحتی دیگران احترام بگذارید؛ همه با سگ راحت نیستند.

- مقررات محلی مربوط به حضور سگ در فضاهای عمومی را رعایت کنید.
- اگر سگ‌تان واکنش‌پذیر است، از مکان‌های شلوغ پرهیز و فاصله را حفظ کنید.

نکته

قوانین و مقررات مربوط به نگهداری و گرداندن سگ در فضاهای عمومی، بسته به محل و زمان متفاوت است و ممکن است تغییر کند. مقررات به‌روز منطقه خود را بررسی و رعایت کنید. به فصل بعد درباره ملاحظات قانونی و فرهنگی مراجعه کنید.

نکته طلایی

سگ‌دار مسئول، بهترین سفیر سگ‌هاست. رفتار محترمانه و رعایت بهداشت و مقررات در فضای عمومی، نه تنها از دردسر جلوگیری می‌کند، بلکه به پذیرش اجتماعی بیشتر سگ‌ها کمک می‌کند.

۶ سفر طولانی، هتل حیوانات و نگهداری موقت

گاهی لازم است سگ را در سفری طولانی همراه ببرید یا برای مدتی او را به مراقبت دیگران بسپارید. برای سفر طولانی با خودرو، علاوه بر مهار ایمن (فصل قبل)، به توقف‌های منظم برای آب، دستشویی و کمی حرکت نیاز دارید، و باید آب، غذا، ظرف و دفترچه سلامت سگ را همراه داشته باشید. اگر سگ به سفر عادت ندارد، پیش از سفر طولانی با سفرهای کوتاه تمرینی او را آماده کنید.

اگر نمی‌توانید سگ را همراه ببرید، دو گزینه رایج وجود دارد: سپردن به یک فرد مورداعتماد (آشنا یا نگه‌دارنده حرفه‌ای) یا هتل حیوانات. در هر صورت، آمادگی مهم است: اطلاعات کامل (برنامه غذا، داروها، عادت‌ها، شماره دامپزشک) را در اختیار مراقب بگذارید، و در صورت امکان، سگ را پیش از سفر با محیط یا فرد جدید آشنا کنید تا استرس کمتری داشته باشد. یک شیء آشنا (مثل پتو یا اسباب‌بازی) هم می‌تواند به آرامش سگ کمک کند.



شکل: ۳-۲۵ سفر و نگهداری موقت، با آمادگی و اطلاعات کامل، کم‌استرس‌تر می‌شود.

- برای سفر طولانی، توقف منظم برای آب، دستشویی و حرکت در نظر بگیرید.
- آب، غذا، ظرف و دفترچه سلامت سگ را همراه ببرید.
- اگر سگ به سفر عادت ندارد، با سفرهای کوتاه تمرینی او را آماده کنید.
- هنگام سپردن سگ، اطلاعات کامل (غذا، دارو، عادت‌ها، دامپزشک) را بدهید.
- یک شیء آشنا (پتو یا اسباب‌بازی) به آرامش سگ در محیط جدید کمک می‌کند.

هشدار جدی !

هرگز سگ را در خودروی پارک‌شده و بسته رها نکنید، به‌ویژه در گرما؛ این کار می‌تواند ظرف دقایقی کشنده باشد. در سفر، همیشه به دما و تهویه توجه کنید.

نکته طلایی ★

چه سگ را همراه ببرید و چه بسپارید، آمادگی و اطلاعات کامل، کلید یک تجربه کم‌استرس برای سگ است. کمی برنامه‌ریزی، آرامش او را تضمین می‌کند.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

« در خودرو همیشه از مهار ایمن استفاده کنید و سگ را در ماشین گرم تنها نگذارید.

- « برای مهمان، با «جای خودت» و کنترل هیجان آماده شوید و سگ مضطرب را فشار ندهید.
- « سگ و کودک را هرگز بدون نظارت کامل تنها نگذارید؛ ایمنی اولویت مطلق است.
- « حیوان‌ها را تدریجی، کنترل‌شده و در محیط بی‌طرف به هم معرفی کنید.
- « در فضای عمومی، بند، بهداشت، احترام به دیگران و رعایت مقررات را فراموش نکنید.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم در ماشین بی‌قرار است و زوزه می‌کشد؛ چه کنم؟

پاسخ: با حساسیت‌زدایی تدریجی شروع کنید: نشستن در ماشین خاموش با پاداش، سپس سفرهای بسیار کوتاه و مثبت. برای تهوع یا اضطراب شدید سفر، با دامپزشک مشورت کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: بچه‌ام و سگم خیلی صمیمی‌اند؛ باز هم باید نظارت کنم؟

پاسخ: بله، همیشه. صمیمیت دلیل خوبی است اما جایگزین نظارت نیست. حتی بهترین رابطه هم می‌تواند در یک لحظه غیرمنتظره (درد، ترس، بازی تند) به حادثه ختم شود.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگ جدیدم با گربه‌ام مدام درگیر می‌شود؛ اشتباه کجاست؟

پاسخ: احتمالاً معرفی خیلی سریع بوده. به عقب برگردید: جداسازی، آشنایی بویایی، و دیدارهای کوتاه و کنترل‌شده. به گربه راه فرار و جای امن بدهید و به فرایند زمان بدهید.

✓ همین امروز چه کنم؟

- یک روش مهار ایمن برای سفر با خودرو تهیه و سگ‌تان را با آن آشنا کنید.
- پروتکل ورود مهمان را آماده کنید و «جای خودت» را برای آن لحظه‌ها تمرین کنید.
- اگر کودک در خانه دارید، قوانین رفتار با سگ را به او آموزش دهید.

فصل

۲۶

ملاحظات فرهنگی، مذهبی، قانونی و ایمنی در ایران

نگهداری مسئولانه از سگ در ایران، یعنی احترام به سگ، همسایه و
قانون.

در این فصل می‌خوانید

- نگهداری در آپارتمان و حقوق همسایگان
- ملاحظات فرهنگی و مذهبی طهارت
- ایمنی در فضای عمومی و رفت‌وآمد
- مسئولیت‌پذیری اجتماعی صاحب سگ

نگهداری سگ در ایران، علاوه بر جنبه‌های آموزشی، ملاحظات فرهنگی، اجتماعی، مذهبی و قانونی خاص خود را دارد. آگاهی و احترام به این ملاحظات، به شما کمک می‌کند هم سگی شاد داشته باشید و هم عضوی مسئول از جامعه باشید.

۱ بافت فرهنگی و اجتماعی

نگرش به سگ در جامعه ایران متنوع است؛ در حالی که نگهداری سگ خانگی در سال‌های اخیر رواج بیشتری یافته، هنوز همه با حضور سگ راحت نیستند و دیدگاه‌های متفاوتی وجود دارد. برخی سگ را همدمی دوست‌داشتنی می‌دانند و برخی به دلایل فرهنگی، مذهبی یا تجربه‌های شخصی، با آن فاصله دارند. درک و احترام به این تنوع دیدگاه‌ها، اولین گام یک سگ‌دار مسئول است.

این یعنی در رفتار عمومی با سگ‌تان، حساسیت و ملاحظه داشته باشید. لازم نیست از داشتن سگ خجالت بکشید، اما احترام به کسانی که با سگ راحت نیستند - مثلاً نگه‌داشتن فاصله، کنترل سگ و عدم تحمیل حضور آن به دیگران - هم به همزیستی بهتر کمک می‌کند و هم تصویر مثبتی از سگ‌داری مسئولانه می‌سازد. هدف، یافتن تعادلی محترمانه میان علاقه شخصی و فضای مشترک اجتماعی است.

☆ نکته طلایی

رفتار محترمانه و ملاحظه‌گر در فضای عمومی، بیش از هر بحثی، به پذیرش اجتماعی سگ‌ها کمک می‌کند. هر سگ‌دار مسئول، در عمل سفیر همه سگ‌داران است.

۲ ملاحظات مذهبی و طهارت

بسیاری از خانواده‌های ایرانی به احکام شرعی پایبندند و یکی از مسائل مرتبط با نگهداری سگ، موضوع طهارت و نجاست در فقه اسلامی است. این موضوع برای خانواده‌های مذهبی اهمیت عملی دارد، به‌ویژه در رابطه با نماز، محل زندگی و وسایل. از آنجا که احکام و جزئیات فقهی موضوعی تخصصی است و میان مراجع و دیدگاه‌ها تفاوت‌هایی وجود دارد، این کتاب وارد بیان حکم شرعی نمی‌شود.

توصیه عملی این است که اگر به این مسائل پایبند هستید، برای آگاهی از احکام دقیق و راهکارهای عملی (مثلا درباره محل نگهداری سگ، نحوه طهارت پس از تماس، و فضای نماز)، به منابع معتبر دینی یا مرجع تقلید خود مراجعه کنید. بسیاری از خانواده‌ها با تنظیم محل زندگی سگ - مثلا اختصاص بخشی از خانه یا حیاط و حفظ یک فضای پاک برای عبادت - میان نگهداری سگ و پایبندی مذهبی تعادل برقرار می‌کنند.

نکته

این کتاب یک راهنمای آموزش و مراقبت از سگ است، نه منبع احکام شرعی. برای پرسش‌های فقهی درباره طهارت و نگهداری سگ، به مرجع تقلید یا منابع دینی معتبر مراجعه کنید. هدف ما در اینجا فقط یادآوری محترمانه این ملاحظه است.

فارغ از جنبه شرعی، رعایت بهداشت - که در فصل هشت و نه درباره آن صحبت کردیم - برای سلامت همه اعضای خانواده مهم است: شستن دست‌ها پس از تماس، تمیز نگه داشتن محل زندگی سگ، و حفظ نظافت محیط. این اصول بهداشتی، هم با ملاحظات مذهبی هم‌سو هستند و هم برای هر خانواده‌ای، مذهبی یا غیرمذهبی، توصیه می‌شوند.

۳ آپارتمان‌نشینی و حقوق همسایگان

بخش بزرگی از سگ‌داری در شهرهای ایران، در آپارتمان اتفاق می‌افتد و این، ملاحظات خاصی دارد. زندگی آپارتمانی یعنی شما فضای مشترکی با همسایگان دارید و رفتار سگ شما می‌تواند بر آرامش آن‌ها اثر بگذارد. پارس زیاد، سروصدا، و رفتار در فضاهای مشترک (راهرو، آسانسور، حیاط)، از مسائلی‌اند که می‌توانند به تنش با همسایگان منجر شوند.

کلید همزیستی مسالمت‌آمیز، پیش‌گیری و احترام است. کنترل پارس (فصل هفده) به‌ویژه هنگام تنهایی سگ اهمیت زیادی دارد، چون پارس ممتد رایج‌ترین علت شکایت همسایگان است. در فضاهای مشترک، سگ را با بند و تحت کنترل نگه دارید و به کسانی که ممکن است بترسند یا راحت نباشند، احترام بگذارید. رعایت بهداشت و جمع‌آوری فضولات در حیاط و فضای مشترک هم ضروری است.

- پارس زیاد - به‌ویژه هنگام تنهایی - را جدی بگیرید؛ شایع‌ترین علت شکایت همسایگان است.
- در راهرو، آسانسور و فضای مشترک، سگ را با بند و کنترل‌شده نگه دارید.
- به همسایگانی که می‌ترسند یا راحت نیستند احترام بگذارید و فاصله را حفظ کنید.

- بهداشت فضای مشترک را رعایت و فضولات سگ را فوراً جمع کنید.
 - در صورت امکان، با همسایگان رابطه خوب و گفت‌وگوی محترمانه داشته باشید.
- قوانین و مقررات مربوط به نگهداری حیوانات در مجتمع‌های مسکونی هم وجود دارد و ممکن است در اساسنامه ساختمان یا مقررات محلی به آن اشاره شده باشد. پیش از آوردن سگ به یک مجتمع، بهتر است از این مقررات آگاه شوید و آن‌ها را رعایت کنید تا از اختلافات بعدی پیش‌گیری شود.

! هشدار جدی

اختلاف بر سر نگهداری سگ در مجتمع‌های مسکونی می‌تواند به مشکلات حقوقی منجر شود. از مقررات ساختمان و قوانین محلی آگاه باشید، آن‌ها را رعایت کنید و در صورت بروز اختلاف، راه گفت‌وگوی محترمانه را در اولویت بگذارید.



شکل ۱-۲۶ همزیستی مسالمت‌آمیز در آپارتمان، بر این اصول استوار است.

۴ ایمنی عمومی و مسئولیت قانونی

به‌عنوان صاحب سگ، شما مسئول رفتار و ایمنی سگ‌تان در قبال دیگران هستید. این مسئولیت، هم اخلاقی است و هم می‌تواند جنبه قانونی داشته باشد. مهم‌ترین اصل، پیش‌گیری از آسیب به دیگران است: کنترل سگ با بند در فضای عمومی، و در مورد سگ‌های بزرگ یا با سابقه واکنش، استفاده از پوزه‌بند مناسب (که سگ به آن عادت داده شده) در موقعیت‌های پرخطر.

اگر سگ به کسی آسیب برساند، علاوه بر آسیب انسانی و عاطفی، ممکن است مسئولیت قانونی متوجه صاحب آن شود. به همین دلیل، آموزش خوب، اجتماعی‌سازی مناسب و مدیریت ایمنی (موضوع فصل‌های پیشین) نه تنها برای رفاه سگ، بلکه برای محافظت از دیگران و خود شما اهمیت دارد. مسئولیت‌پذیری، بخش جدایی‌ناپذیر سگ‌داری است.

۱. در فضای عمومی، سگ را همیشه با بند و تحت کنترل کامل نگه دارید.
۲. برای سگ‌های بزرگ یا واکنش‌پذیر، پوزه‌بند آموزش داده‌شده را در موقعیت‌های پرخطر در نظر بگیرید.
۳. از نزدیک شدن کنترل‌نشده سگ به افراد ناآشنا - به‌ویژه کودکان - جلوگیری کنید.
۴. اطمینان حاصل کنید واکسن‌ها (به‌ویژه هاری) به‌روز هستند؛ این هم سلامت عمومی است.
۵. از مقررات محلی مربوط به نگه‌داری و گرداندن سگ آگاه باشید و آن‌ها را رعایت کنید.

! هشدار جدی

قوانین و مقررات مربوط به نگه‌داری، حمل‌ونقل و گرداندن سگ در ایران ممکن است در مناطق و زمان‌های مختلف متفاوت باشد و تغییر کند. این کتاب مرجع حقوقی نیست؛ برای آگاهی از قوانین به‌روز و دقیق منطقه خود، به منابع رسمی و معتبر مراجعه کنید.

★ نکته طلایی

واکسیناسیون هاری، هم وظیفه قانونی و هم مسئولیت اجتماعی است. این واکسن نه فقط از سگ شما، بلکه از سلامت کل جامعه محافظت می‌کند. آن را هرگز به تعویق نیندازید.

۵ سگ‌دار مسئول، شهروند خوب

جمع‌بندی این فصل در یک مفهوم خلاصه می‌شود: مسئولیت‌پذیری. سگ‌داری در بافت اجتماعی ایران، با آگاهی، احترام و رعایت، می‌تواند تجربه‌ای زیبا و بدون تنش باشد. وقتی شما سگ‌تان را خوب آموزش می‌دهید، بهداشت را رعایت می‌کنید، به دیدگاه‌ها و حقوق دیگران احترام می‌گذارید و مقررات را رعایت می‌کنید، نه تنها زندگی خودتان و سگ‌تان را بهتر می‌کنید، بلکه به همزیستی بهتر سگ‌ها و جامعه کمک می‌کنید.

به یاد داشته باشید که هر برخورد مثبت - یک سگ آرام و مؤدب، یک صاحب ملاحظه‌گر، یک فضای مشترک تمیز - می‌تواند نگرش یک نفر را نسبت به سگ‌ها بهتر کند. شما با رفتار مسئولانه‌تان، نه فقط برای خودتان، بلکه برای همه سگ‌داران و سگ‌ها فضای بهتری می‌سازید.

این، شاید مهم‌ترین آموزشی باشد که این فصل می‌خواهد منتقل کند.

♦ مثال واقعی

یک سگ خوب‌آموزش‌دیده که آرام کنار صاحبش در فضای عمومی راه می‌رود، بهداشت رعایت می‌شود و به دیگران فشاری وارد نمی‌شود، می‌تواند ذهنیت یک رهگذر بدبین به سگ‌ها را تغییر دهد. این قدرت سگ‌داری مسئولانه است.

۶ ایمنی فصلی و گرمای تابستان

آب‌وهوای ایران در بسیاری مناطق گرم و خشک است و تابستان‌ها می‌تواند برای سگ‌ها خطرناک باشد. گرمادگی یک تهدید جدی و گاه کشنده است که با آگاهی به‌سادگی قابل‌پیش‌گیری است. سگ‌ها مثل انسان عرق نمی‌کنند و عمدتاً از طریق له‌له‌زدن خود را خنک می‌کنند، که در گرمای شدید کافی نیست. نژادهای پوزه‌کوتاه، سگ‌های مسن و توله‌ها در برابر گرما آسیب‌پذیرترند.

پیش‌گیری ساده است: در گرما همیشه آب تازه و خنک در دسترس بگذارید، سایه فراهم کنید، ورزش را به ساعات خنک منتقل کنید، و هرگز سگ را در خودروی بسته رها نکنید. به دمای زمین هم توجه کنید؛ آسفالت داغ کف پنجه را می‌سوزاند. نشانه‌های گرمادگی - له‌له‌زدن شدید، بی‌حالی، ناتوانی - را بشناسید و در صورت بروز، سگ را تدریجی خنک کنید و فوراً به دامپزشک مراجعه کنید. در زمستان هم برخی سگ‌ها به سرما حساس‌اند و نیاز به مراقبت دارند.



شکل ۲۶-۲: گرمزدگی کشنده اما قابل پیش‌گیری است؛ این اصول را جدی بگیرید.

- در گرما همیشه آب تازه و خنک و سایه کافی فراهم کنید.
- ورزش سنگین را به صبح زود یا شب منتقل کنید.
- اگر پشت دستتان روی زمین داغ بود، برای پنجه سگ هم داغ است.
- هرگز سگ را در خودروی پارک‌شده و بسته رها نکنید، حتی برای چند دقیقه.
- از نژادهای پوزه‌کوتاه، سگ‌های مسن و توله‌ها در گرما بیشتر مراقبت کنید.

هشدار جدی !

گرمزدگی یک اورژانس واقعی است. اگر سگ نشانه‌های له‌له‌زدن شدید، بی‌حالی، استفراغ یا ناتوانی در گرما نشان داد، او را تدریجی خنک کنید (نه با آب یخ‌زده) و فوراً به دامپزشک برسانید.

نکته طلایی ★

در آب‌وهوای گرم ایران، آگاهی از خطر گرمزدگی می‌تواند جان سگ‌تان را نجات دهد. چند اقدام ساده، تفاوت میان یک تابستان امن و یک فاجعه است.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

« نگرش به سگ در ایران متنوع است؛ احترام به دیدگاه‌های مختلف، گام نخست است.

- « برای احکام شرعی طهارت و نگهداری سگ، به منابع دینی معتبر و مرجع تقلید مراجعه کنید.
- « در آپارتمان، کنترل پارس، رعایت بهداشت و احترام به همسایگان حیاتی است.
- « در فضای عمومی، شما مسئول ایمنی سگ در قبال دیگرانید؛ بند و کنترل ضروری است.
- « واکسن هاری و رعایت مقررات، هم وظیفه قانونی و هم مسئولیت اجتماعی است.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: همسایه‌ها از سگم شکایت دارند؛ چطور برخورد کنم؟

پاسخ: اول علت شکایت (معمولا پارس یا بهداشت) را برطرف کنید: کنترل پارس به‌ویژه هنگام تنهایی، و رعایت کامل بهداشت فضای مشترک. سپس با گفت‌وگوی محترمانه و نشان‌دادن تلاش‌تان، تنش را کاهش دهید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: نگهداری سگ با رعایت مسائل مذهبی ممکن است؟

پاسخ: بسیاری از خانواده‌های مذهبی با تنظیم محل زندگی سگ و حفظ فضای پاک برای عبادت، میان این دو تعادل برقرار می‌کنند. برای احکام دقیق، به مرجع تقلید یا منابع دینی معتبر مراجعه کنید؛ این کتاب وارد حکم شرعی نمی‌شود.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: اگر سگم به کسی آسیب بزند چه می‌شود؟

پاسخ: علاوه بر آسیب انسانی، ممکن است مسئولیت قانونی متوجه شما شود. به همین دلیل آموزش، اجتماعی‌سازی و مدیریت ایمنی (بند و در صورت لزوم پوزه‌بند) بسیار مهم است. از قوانین محلی به‌روز هم آگاه باشید.

همین امروز چه کنم؟



- اگر آپارتمان‌نشین هستید، کنترل پارس هنگام تنهایی و رعایت بهداشت مشترک را در اولویت بگذارید.
- از مقررات ساختمان و قوانین محلی منطقه خود درباره نگه‌داری سگ آگاه شوید.
- مطمئن شوید واکسن هاری سگ‌تان به‌روز است و در فضای عمومی همیشه بند همراه دارید.

بخش ۶

جمع‌بندی، عیب‌یابی و گام‌های بعدی

فصل

۲۷

عیب‌یابی سریع و جدول مشکلات

وقتی چیزی پیش می‌رود، این فصل مرجع سریع شماست.

در این فصل می‌خوانید

- جدول جامع مشکل - علت - راه‌حل
- وقتی هیچ‌چیز جواب نمی‌دهد
- بازگشت به مبانی
- علائم هشدار که نیاز به متخصص دارند

این فصل، مرجع سریع شماست: وقتی با یک مشکل روبه‌رو شدید، اینجا را باز کنید. جدول‌های مشکل‌یابی، علت‌های احتمالی و راه‌حل‌های کلیدی را کنار هم می‌گذارند تا سریع به مسیر درست برگردید و بدانید کی باید سراغ متخصص بروید.

۱ روش درست مشکل‌یابی

پیش از پریدن به سراغ راه‌حل‌ها، یک طرز فکر درست برای مشکل‌یابی لازم است. بسیاری از صاحبان سگ، با دیدن یک رفتار بد، فوراً به دنبال «متوقف کردن» آن می‌گردند، در حالی که سؤال درست این است: «چرا سگ این کار را می‌کند و چه نیازی را برآورده می‌کند؟» تقریباً هر رفتار مشکل‌ساز، یک علت دارد؛ و تا علت برطرف نشود، سرکوب رفتار یا بی‌فایده است یا فقط مشکل را جابه‌جا می‌کند.

یک نکته بسیار مهم: پیش از هر کار، احتمال علت پزشکی را رد کنید. تغییر ناگهانی رفتار، پرخاشگری تازه، بی‌اختیاری در سگ آموزش‌دیده، یا کاهش فعالیت، می‌توانند ریشه جسمی داشته باشند. سگی که درد دارد، ممکن است بدخلق یا پرخاشگر شود. به همین دلیل، در بسیاری از موارد اولین گام درست، یک معاینه دامپزشکی است، نه آموزش.

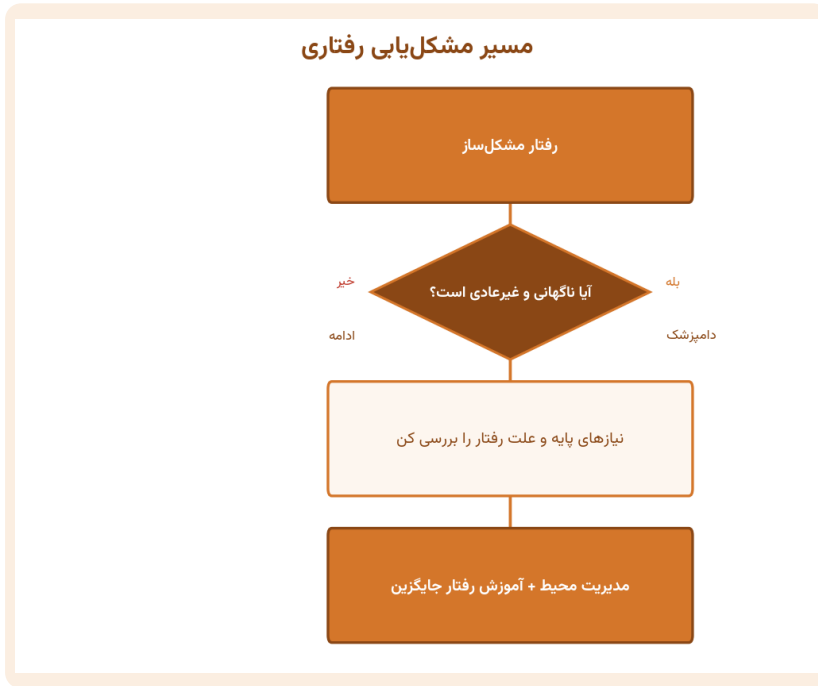
۱. علت پزشکی را رد کنید: تغییر رفتار ناگهانی را اول با دامپزشک بررسی کنید.
۲. نیازهای پایه را بسنجید: آیا ورزش، سرگرمی، خواب و تغذیه کافی دارد؟
۳. علت رفتار را شناسایی کنید: سگ با این کار چه نیازی را برآورده می‌کند؟
۴. محیط را مدیریت کنید: فرصت بروز رفتار بد را کم کنید.
۵. رفتار جایگزین را آموزش و پاداش دهید: به جای «نکن»، یک «این کار را بکن» بدهید.

★ نکته طلایی

سه پرسش طلایی مشکل‌یابی: آیا مشکل پزشکی است؟ آیا نیازهای پایه برآورده شده؟ این رفتار چه نیازی را برای سگ برآورده می‌کند؟ پاسخ این سه، مسیر حل را روشن می‌کند.

هشدار جدی

این فصل یک مرجع سریع است، نه جایگزین فصل‌های مفصل یا کمک تخصصی. برای هر مشکل، به فصل مربوط بازگردید و در موارد جدی - به‌ویژه پرخاشگری - با دامپزشک یا متخصص رفتار مشورت کنید.



شکل ۱-۲۷ هر مشکل رفتاری را با این مسیر تحلیل کنید.

۲ جدول مشکل‌یابی: رفتارهای رایج

جدول زیر، رایج‌ترین مشکلات رفتاری، علت‌های محتمل و راه‌حل کلیدی هرکدام را کنار هم می‌گذارد. این جدول یک نقطه شروع و مرجع سریع است؛ برای جزئیات کامل هر موضوع، به فصل مربوط مراجعه کنید. به یاد داشته باشید که گاهی یک رفتار، چند علت هم‌زمان دارد.

مشکل	علت‌های محتمل	راه‌حل کلیدی	فصل
پارس زیاد	کسالت، ترس، جلب توجه، هشدار	شناخت، علت، پاداش، سکوت، ورزش	۱۷

مشکل	علت‌های محتمل	راه‌حل کلیدی	فصل
کشیدن بند	هیجان، تقویت ناخواسته	توقف هنگام کشیدن، پاداش جای درست	۱۶
پریدن روی افراد	هیجان، جلب توجه	بی‌اعتنایی، پاداش نشستن	۲۱
جویدن وسایل	کسالت، دندان، انرژی، اضطراب	جویدنی مجاز، ورزش، مدیریت محیط	۲۰
اشتباه در توالی	آموزش ناقص، استرس، مشکل پزشکی	برنامه منظم، نظارت، رد علت پزشکی	۱۳
گاز بازی توله	کاوش، بازی طبیعی	مهار گاز، انتقال به اسباب‌بازی	۲۱

نکته

ستون «فصل»، شماره فصلی است که آن موضوع را به‌طور کامل توضیح می‌دهد. این جدول جایگزین آن فصل‌ها نیست، بلکه راهی سریع برای یافتن مسیر درست است.

جدول مشکل‌یابی: مسائل عمیق‌تر

۳

برخی مشکلات پیچیده‌ترند و اغلب به صبر بیشتر و گاه کمک تخصصی نیاز دارند. جدول زیر این موارد را پوشش می‌دهد. در این دسته، به‌ویژه، عجله نکنید و در صورت تردید یا شدت مشکل، از همان ابتدا کمک متخصص بگیرید - این کار، هم سریع‌تر و هم ایمن‌تر است.

مشکل	علت‌های محتمل	راه‌حل کلیدی	فصل
اضطراب جدایی	ترس از تنهایی، وابستگی	حساسیت‌زدایی تدریجی، کمک متخصص	۱۸
ترس از صداها/افرا/چرخه بد	اجتماعی‌سازی ناکافی،	حساسیت‌زدایی زیر آستانه	۱۲ و ۱۹
پرخاشگری محافظت از منابع	ترس، درد،	ایمنی اول، رد علت پزشکی، متخصص	۱۹
نیامدن با فراخوان	فراخوان بی‌ارزش یا منفی شده	ارزشمند کردن «بیا»، بند بلند	۱۵
کندن زمین	کسالت، خنک‌شدن، شکار	ناحیه کندن مجاز، رفع نیاز	۲۰
بیش‌فعالی نبود	انرژی زیاد، خویشتن‌داری	ورزش، آموزش آرامش	۲۱

! هشدار جدی

پرخاشگری و ترس شدید، حوزه‌هایی هستند که جدول و کتاب به‌تنهایی کافی نیستند. اگر ایمنی در خطر است یا مشکل رو به بدتر شدن، حتما پیش از ادامه با متخصص رفتار یا دامپزشک متخصص رفتار مشورت کنید.

۴ وقتی هیچ‌چیز جواب نمی‌دهد

گاهی با وجود تلاش، پیشرفتی نمی‌بینید یا حتی اوضاع بدتر می‌شود. این تجربه ناامیدکننده است، اما معمولا یکی از چند دلیل مشخص دارد که قابل بررسی‌اند. پیش از تسلیم‌شدن یا نتیجه‌گیری «سگ من آموزش‌پذیر نیست»، این فهرست را مرور کنید؛ اغلب مشکل در روش است، نه در سگ.

- علت پزشکی نادیده گرفته شده: آیا درد یا بیماری پنهانی در کار است؟ دامپزشک را ببینید.
 - بی‌ثباتی: آیا همه اعضای خانه یک روش و یک قانون را اجرا می‌کنند؟
 - گام‌های خیلی بزرگ: آیا معیار را خیلی سریع سخت کرده‌اید؟ به سطح آسان‌تر برگردید.
 - پاداش ناکافی یا نامناسب: آیا پاداش برای شما واقعا ارزشمند است؟
 - تقویت ناخواسته رفتار بد: آیا بی‌اختیار رفتار نامطلوب را پاداش می‌دهید؟
 - نیازهای پایه برآورده نشده: آیا ورزش، سرگرمی و خواب کافی هست؟
 - زمان ناکافی: آیا به اندازه کافی صبر کرده‌اید؟ تغییر رفتار زمان می‌برد.
- اگر همه این موارد را بررسی کردید و باز هم پیشرفتی نبود، این نشانه آن است که وقت کمک‌گرفتن از یک متخصص رسیده است. یک مربی یا متخصص رفتار خوب می‌تواند با دیدن حضوری سگ و تعامل شما، چیزی را تشخیص دهد که از درون موقعیت دیده نمی‌شود. این، نشانه مسئولیت‌پذیری است، نه شکست.

★ نکته طلایی

اگر گیر کردید، به اصول برگردید: گام را کوچک‌تر کنید، پاداش را ارزشمندتر کنید، ثبات را بیشتر کنید و صبور باشید. و اگر باز هم نشد، کمک‌گرفتن از متخصص، هوشمندانه‌ترین گام بعدی است.

۵ نشانه‌هایی که حتما نیاز به متخصص دارند

برای جمع‌بندی، فهرستی از موقعیت‌هایی که در آن‌ها مراجعه به متخصص (دامپزشک، دامپزشک متخصص رفتار، یا مربی مبتنی بر روش‌های مثبت) نه یک گزینه، بلکه کار درست است. تشخیص این مرز، یکی از مهم‌ترین مهارت‌های یک صاحب مسئول است. کمک‌گرفتن به موقع، می‌تواند از بدتر شدن مشکل و حتی از آسیب جلوگیری کند.

۱. هرگونه پرخاشگری که به گازگرفتن یا آسیب منجر شده یا رو به افزایش است.
۲. تغییر رفتار ناگهانی و غیرقابل توضیح (احتمال علت پزشکی).
۳. ترس یا اضطراب شدیدی که کیفیت زندگی سگ یا خانواده را مختل کرده.
۴. هر موقعیتی که در آن احساس می‌کنید ایمنی شما یا دیگران در خطر است.
۵. نشانه‌های جسمی نگران‌کننده در کنار تغییر رفتار (به فصل نه مراجعه کنید).

۶. نبود پیشرفت با وجود تلاش درست، مداوم و طولانی.

هنگام انتخاب متخصص، همان‌طور که در فصل نوزده گفتیم، به دنبال کسی باشید که از روش‌های علمی و مبتنی بر پاداش استفاده می‌کند و رویکردش بر ترس، درد و «سلطه» استوار نیست. یک متخصص خوب، اول وضعیت را ارزیابی می‌کند، برنامه‌ای روشن و تدریجی می‌دهد و شما را در مسیر همراهی می‌کند. از وعده‌های «درمان سریع و تضمینی»، به‌ویژه آن‌هایی که بر تنبیه تکیه دارند، فاصله بگیرید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: مراجعه به متخصص یعنی من در آموزش سگم شکست خورده‌ام؟
پاسخ: نه. درست همان‌طور که مراجعه به پزشک برای سلامتی نشانه شکست نیست، کمک‌گرفتن از متخصص رفتار هم نشانه مسئولیت‌پذیری و عشق به سگ است. برخی مشکلات، تخصص و ارزیابی حضوری می‌خواهند که فراتر از یک کتاب است.

علائم هشدار برای مراجعه به متخصص

۳ ترس/اضطراب شدید	۲ تغییر ناگهانی رفتار	۱ پر خاشکری یا گاز
۶ نبود پیشرفت	۵ نشانه جسمی همراه	۴ خطر برای ایمنی

شکل ۲۷-۲ با دیدن این نشانه‌ها، مراجعه به متخصص کار درست است.

۶ جدول مشکل‌یابی تکمیلی

در ادامه جدول‌های پیشین، در اینجا چند موقعیت رفتاری دیگر و راه‌حل کلیدی هر کدام را می‌آوریم. مثل قبل، این جدول یک نقطه شروع است و برای جزئیات کامل باید به فصل مربوط مراجعه کنید. و همچنان، اصل اول مشکل‌یابی پابرجاست: پیش از هر چیز، احتمال علت پزشکی

را - به‌ویژه در تغییرهای ناگهانی - با دامپزشک بررسی کنید.

مشکل	علت‌های محتمل	راه‌حل کلیدی	فصل
تعقیب گره/ماشین کم	گریزه شکار، کنترل تکانه	مدیریت با بند، کنترل تکانه، فراخوان	۲۱
خوردن اشیا	کاوش، کسالت، گاه مشکل پزشکی	مدیریت محیط، مبادله، بررسی پزشکی	۲۰
واکنش به سگ روی بند	ناکامی یا ترس	حفظ فاصله، کار زیر آستانه، متخصص	۱۹
پارس شبان	صدا، نیاز، کسالت، اضطراب	شناخت علت، کاهش محرك، تخلیه انرژی	۱۷
ترس از سفر/ماشین	بی‌تجربگی، تجربه بد	حساسیت‌زدایی با سفرهای کوتاه مثبت	۲۵
سردرگمی سگ مسن	تغییرهای سنی/شناختی	روال ثابت، بررسی با دامپزشک	۲۴

نکته

این جدول مکمل، جایگزین جدول‌های اصلی و فصل‌های مفصل نیست. هدف، دسترسی سریع به مسیر درست برای طیف گسترده‌تری از مشکلات است.

☆ نکته طلایی

هر مشکلی که در این کتاب پوشش داده شده، یک نقطه شروع و یک فصل مرجع دارد. وقتی با چالشی روبه‌رو می‌شوید، اول علت را بشناسید، بعد به فصل مربوط بازگردید.

■ جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « هر رفتار مشکل‌ساز یک علت دارد؛ تا علت برطرف نشود، سرکوب رفتار بی‌فایده است.
- « سه پرسش طلایی: آیا پزشکی است؟ نیازهای پایه برآورده شده؟ چه نیازی را برآورده می‌کند؟
- « جدول‌های مشکل‌یابی، نقطه شروع‌اند؛ برای جزئیات به فصل مربوط بازگردید.
- « اگر هیچ‌چیز جواب نداد، به اصول برگردید: گام کوچک‌تر، پاداش بهتر، ثبات بیشتر.
- « در موارد جدی - پرخاشگری، ترس شدید، خطر ایمنی - مراجعه به متخصص کار درست است.

■ پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: از کجا بفهمم مشکل رفتاری است یا پزشکی؟
پاسخ: اگر رفتار ناگهانی، غیرعادی یا همراه با نشانه‌های جسمی تغییر کرده، احتمال علت پزشکی بالاست. در تردید، اول دامپزشک را ببینید؛ رد کردن علت جسمی همیشه گام اول امنی است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چند راه‌حل را هم‌زمان امتحان کنم؟
پاسخ: بهتر است یک رویکرد منسجم را با ثبات دنبال کنید تا بفهمید چه چیزی کار می‌کند. پریدن از روشی به روش دیگر، سگ را سردرگم و ارزیابی نتیجه را سخت می‌کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: مربی خوب را چطور انتخاب کنم؟

پاسخ: به دنبال کسی باشید که از روش‌های مبتنی بر علم و پاداش استفاده می‌کند، نه ترس و تنبیه. متخصص خوب ارزیابی می‌کند، برنامه روشن می‌دهد و وعده «درمان سریع تضمینی» نمی‌دهد.

✓ همین امروز چه کنم؟

- برای مشکل فعلی سگ‌تان، سه پرسش طلایی مشکل‌یابی را روی کاغذ پاسخ دهید.
- اگر رفتار اخیراً ناگهانی تغییر کرده، یک نوبت معاینه دامپزشکی بگیرید.
- فصل مربوط به مشکل خود را (طبق جدول) دوباره و با دقت بخوانید.

فصل

۲۸

برنامه هشت هفته‌ای و گام‌های بعدی

یک نقشه عملی روشن تا سگی خوش‌رفتار و خوشحال داشته باشید.

در این فصل می‌خوانید

- برنامه تمرین هفته‌به‌هفته
- پیگیری پیشرفت و انگیزه
- تربیت پیشرفته و ورزش‌های تخصصی
- ادامه مسیر و منابع یادگیری

به فصل پایانی رسیدیم؛ جایی که همه آموخته‌ها را در یک برنامه عملی هشت‌هفته‌ای کنار هم می‌گذاریم. این نقشه، نقطه شروع سفر شما و سگ‌تان است؛ سفری که با پایان این کتاب تمام نمی‌شود، بلکه تازه آغاز می‌گردد.

۱ چگونه از این برنامه استفاده کنیم؟

برنامه هشت‌هفته‌ای پیش‌رو، یک چارچوب پیشنهادی است، نه یک دستور خشک. هدف آن، این است که آموخته‌های پراکنده این کتاب را به یک مسیر گام‌به‌گام و قابل‌اجرا تبدیل کند. هر هفته بر چند مهارت تمرکز دارد و بر پایه هفته قبل ساخته می‌شود. اما به یاد داشته باشید که هر سگ ریتم خودش را دارد؛ اگر هفته‌ای بیشتر طول کشید، اشکالی ندارد. کیفیت، مهم‌تر از سرعت است.

چند اصل برای استفاده از این برنامه: جلسه‌های تمرین را کوتاه (چند دقیقه) و مکرر نگه دارید؛ هر روز کمی تمرین کنید؛ هر مهارت تازه را ابتدا در محیط آرام و سپس در محیط‌های سخت‌تر تمرین کنید؛ و همیشه با یک موفقیت و پاداش، جلسه را تمام کنید. پیش از شروع، مرور فصل یازده (اصول یادگیری) و فصل پانزده (دستورهای پایه) را توصیه می‌کنیم.

★ نکته طلایی

این برنامه یک «نقطه شروع» است، نه یک امتحان. اگر سگ شما در هفته سوم هنوز روی مهارت هفته دوم کار می‌کند، کاملاً طبیعی است. مسیر را با ریتم سگ خودتان پیش ببرید، نه با تقویم.

۲ هفته ۱ تا ۴: پایه‌ها

چهار هفته نخست، بر ساختن پایه‌های محکم تمرکز دارد: رابطه، ارتباط اولیه و نخستین دستورها. در این مرحله عجله نکنید؛ پایه محکم، کل ساختمان آموزش را پایدار می‌کند. جدول زیر تمرکز هر هفته را نشان می‌دهد.

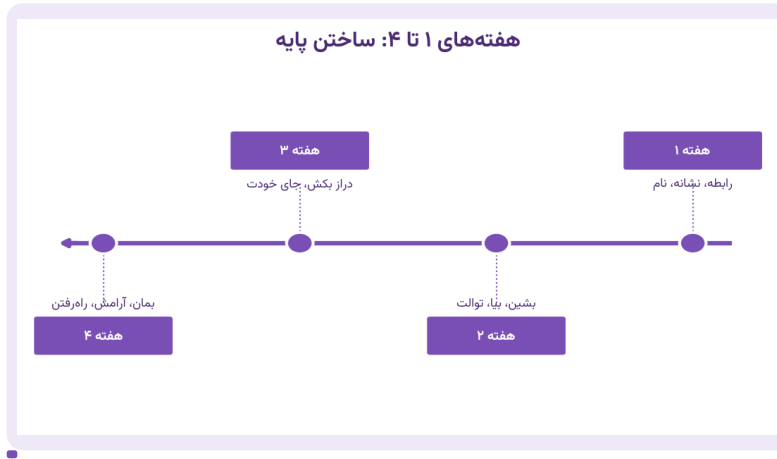
مهارت‌های کلیدی	تمرکز اصلی	هفته
شارژ نشانه، بازی نام، عادت به قلاده	رابطه و نشانه	هفته ۱
«بشین»، «بیا» در فضای امن، توالت منظم	اولین دستورها	هفته ۲
«دراز بکش»، «جای خودت»، عادت به کنل	گسترش دستورها	هفته ۳
«بمان» کوتاه، تمرین آرامش، شروع راه رفتن	ماندن و خویشتن‌داری	هفته ۴

در این چهار هفته، هم‌زمان با تمرین دستورها، روی اجتماعی‌سازی (فصل دوازده) و آموزش توالت (فصل سیزده) هم کار کنید - به‌ویژه اگر توله دارید. این کارها موازی پیش می‌روند و هرکدام بخشی از پازل بزرگ‌تر یک سگ متعادل‌اند. فراموش نکنید که ورزش و سرگرمی روزانه (فصل ده)، پایه همه این تمرین‌هاست؛ سگ خسته و راضی، بهتر یاد می‌گیرد.

برنامه روزانه

ساختار یک روز نمونه در این مرحله:

- صبح: یک جلسه کوتاه تمرین دستور (۵ دقیقه) + پیاده‌روی.
- میانه روز: بازی فکری یا سرگرمی ذهنی + استراحت.
- عصر: جلسه کوتاه دوم تمرین + کمی بازی.
- در طول روز: تقویت رفتارهای خوب خودجوش (آرامش، توالت درست).
- همه‌چیز کوتاه، مثبت و همراه با پاداش.



شکل ۱-۲۸ چهار هفته نخست، پایه‌های آموزش را می‌سازد.

۳ هفته ۵ تا ۸: تثبیت و تعمیم

در نیمه دوم برنامه، مهارت‌های آموخته‌شده را محکم‌تر می‌کنیم، آن‌ها را به محیط‌های سخت‌تر می‌بریم (تعمیم) و کم‌کم تشویقی غذایی را کاهش می‌دهیم. این مرحله، جایی است که سگ از «اجرای دستور در اتاق نشیمن» به «اجرای دستور در دنیای واقعی» می‌رسد. صبر و ثبات در این مرحله، نتیجه را پایدار می‌کند.

هفته	تمرکز اصلی	مهارت‌های کلیدی
هفته ۵	تقویت ماندن و فراخوان	«بمان» طولانی‌تر، «بیا» با حواس‌پرتی
هفته ۶	راه رفتن و ایمنی	بند شل، «ولش کن» و «بنداز»
هفته ۷	تعمیم به محیط سخت‌تر	تمرین دستورها بیرون و جای شلوغ‌تر
هفته ۸	تثبیت و استقلال	کاهش تشویقی، تمرین تنها ماندن

در این هفته‌ها، اصل «تعمیم» (فصل پانزده) را جدی بگیرید: دستوری که سگ در خانه بلد است، باید در پارک، کنار خیابان و در حضور حواس‌پرتی هم تمرین شود تا واقعا کاربردی شود. هم‌زمان،

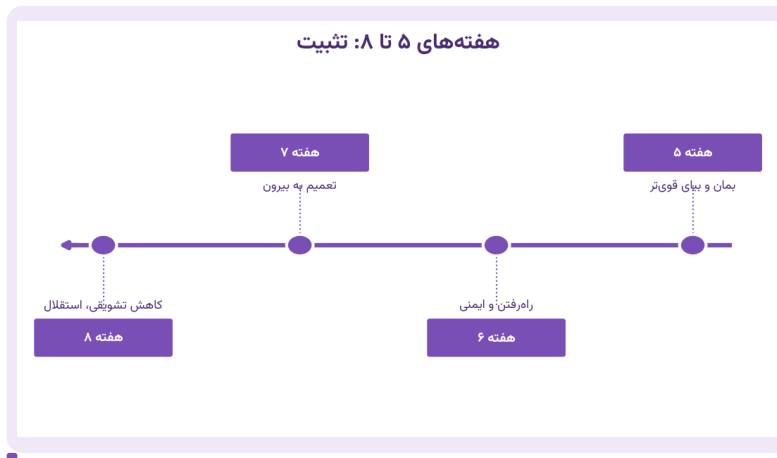
طبق فصل یازده، شروع به کاهش تدریجی و نامنظم تشویقی غذایی کنید تا رفتارها بدون نیاز به غذای دائمی پایدار بمانند.

مثال واقعی

نمونه تعمیم «بشین»: اگر سگ در خانه عالی می‌نشیند، این هفته از او بخواهید در حیاط، سپس در کوچه آرام، و بعد در پارک بنشیند. هر محیط تازه را مثل یک گام کوچک‌تر جدید ببینید و در صورت نیاز پاداش را موقتا بیشتر کنید.

نکته

اگر در پایان هشت هفته، همه مهارت‌ها کامل نشد، نگران نباشید. این برنامه یک شروع است؛ آموزش سگ یک فرایند مداوم در طول زندگی اوست، نه پروژه‌ای با تاریخ پایان.



شکل ۲۸-۲: نیمه دوم، مهارت‌ها را به دنیای واقعی می‌برد.

۴ پیگیری پیشرفت

ثبت پیشرفت، هم انگیزه‌بخش است و هم به شما کمک می‌کند ببینید چه چیزی کار می‌کند و کجا نیاز به تمرکز بیشتر هست. لازم نیست پیچیده باشد؛ یک دفترچه ساده یا یادداشت روی گوشی کافی است. می‌توانید برای هر مهارت، سطح فعلی سگ را یادداشت کنید و هفته‌به‌هفته پیشرفت را ببینید. در بخش پیوست‌ها، فرم‌های آماده پیگیری هم خواهید یافت.

هنگام ارزیابی پیشرفت، به سه بعد توجه کنید که در فصل پانزده دیدیم: آیا سگ دستور را در محیط‌های مختلف اجرا می‌کند (تعمیم)؟ آیا با وجود حواس‌پرتی اجرا می‌کند؟ و آیا بدون نیاز به غذای هر بار اجرا می‌کند؟ این سه نشان می‌دهند که یک مهارت واقعا جا افتاده است یا هنوز نیاز

به کار دارد.

چک‌لیست ارزیابی پیشرفت

☐ هر مهارت را در سه محیط مختلف امتحان کرده‌ام (خانه، حیاط، بیرون).

☐ سگ دستور را با وجود حواس‌پرتی متوسط اجرا می‌کند.

☐ تشویقی را به تدریج کم کرده‌ام و رفتار همچنان پایدار است.

☐ رفتارهای مشکل‌ساز هدف، کاهش محسوسی داشته‌اند.

☐ ورزش و سرگرمی روزانه را به‌طور منظم فراهم می‌کنم.

☐ جلسه‌های تمرین کوتاه، مثبت و منظم بوده‌اند.

نکته طلایی ★

پیشرفت را جشن بگیرید، هر قدر هم کوچک. آموزش سگ یک ماراتن است، نه دوی سرعت؛ دیدن گام‌های کوچک رو به جلو، انگیزه شما و رابطه شما با سگ را زنده نگه می‌دارد.

۵ فراتر از پایه‌ها: گام‌های بعدی

وقتی پایه‌ها محکم شد، دنیایی از فعالیت‌ها و آموزش‌های پیشرفته‌تر پیش‌روی شما و سگ‌تان باز می‌شود. این فعالیت‌ها نه تنها ذهن و بدن سگ را درگیر می‌کنند، بلکه رابطه شما را عمیق‌تر و زندگی هر دوی‌تان را غنی‌تر می‌سازند. آموزش، هرگز واقعا «تمام» نمی‌شود؛ همیشه چیز تازه‌ای برای یادگیری و لذت‌بردن هست.

- ترفندهای تفریحی: «دست بده»، «بچرخ»، «مرده‌بازی» و ترفندهای دیگر که سرگرم‌کننده و ذهن‌فعال‌کننده‌اند.
 - ورزش‌های سگی: فعالیت‌هایی مثل مسیر مانع (چابکی)، کاریابی بویایی و بازی‌های جست‌وجو که انرژی و استعداد سگ را به کار می‌گیرند.
 - آموزش پیشرفته فراخوان و اطاعت در محیط‌های دشوار.
 - فعالیت‌های مشترک: پیاده‌روی‌های طولانی، گردش در طبیعت (با رعایت ایمنی و مقررات).
 - کاردرمانی ذهنی مداوم: پازل‌های سخت‌تر و بازی‌های فکری متنوع.
- در انتخاب فعالیت‌های پیشرفته، توانایی‌ها، سن، سلامت و علاقه سگ خودتان را در نظر بگیرید.

هر سگ استعدادها و محدودیت‌های خودش را دارد؛ نژادهای پرانرژی ممکن است عاشق ورزش‌های پرتحرک باشند، در حالی که سگی آرام‌تر از بازی‌های بویایی و ترفندهای ملایم بیشتر لذت می‌برد. برای فعالیت‌های پرفشار یا اگر سگ مشکل جسمی دارد، پیش از شروع با دامپزشک مشورت کنید.

☆ نکته طلایی

بهترین فعالیت بعدی، آن است که هم شما و هم سگ‌تان از آن لذت ببرید. آموزش و بازی مشترک، فراتر از مهارت، یک زبان عشق میان شما و سگ است که رابطه‌تان را هر روز عمیق‌تر می‌کند.

۶ سخن پایانی: سفر ادامه دارد

به انتهای این کتاب رسیدیم، اما همان‌طور که گفتیم، این پایان راه نیست؛ آغاز آن است. شما اکنون با اصول علمی یادگیری، روش‌های مهربانانه آموزش، شناخت زبان و نیازهای سگ، و راهکارهای مواجهه با چالش‌های رایج آشنا شده‌اید. مهم‌تر از همه تکنیک‌ها، امیدواریم این نگرش را با خود ببرید: آموزش سگ، بر پایه همدلی، صبر، ثبات و احترام متقابل بنا می‌شود، نه ترس و زور.

هر سگ، فرد منحصر به فردی است با شخصیت، تاریخچه و ریتم خودش. این کتاب نقشه راه است، اما شما - که سگ‌تان را بهتر از هر کسی می‌شناسید - راننده‌اید. به شناخت خودتان از سگ‌تان اعتماد کنید، با او مهربان باشید، و به یاد داشته باشید که اشتباه‌ها بخشی از یادگیری هر دوی شما هستند. در موارد دشوار، کمک‌گرفتن از دامپزشک و متخصص رفتار، نشانه خرد و مسئولیت‌پذیری است.

سال‌های پیش‌رو با سگ‌تان، پر از لحظه‌های ناب خواهد بود: شادی یک رفتار تازه‌آموخته، آرامش یک هم‌نشینی ساکت، و پیوندی که با هر روز عمیق‌تر می‌شود. این سفر را با عشق و صبر طی کنید. سگ شما خوش‌شانس است که صاحبی دارد که برای یادگیری درست تربیت او، این کتاب را تا انتها خوانده است.

★ نکته طلایی

بزرگ‌ترین راز تربیت سگ، در هیچ تکنیکی نیست؛ در رابطه‌ای است که با مهربانی، صبر و احترام می‌سازید. سگی که به شما اعتماد دارد و دوستان دارد، با شور و اشتیاق یاد می‌گیرد. این، قلب همه آموخته‌های این کتاب است.



شکل: ۳۰-۲۸ آموزش، اعتماد و رابطه، در یک چرخه مثبت همدیگر را تقویت می‌کنند.

۷ ورزش‌ها و سرگرمی‌های پیشرفته سگی

وقتی پایه‌های آموزش محکم شد و سگ شما دستورهای اصلی را آموخت، دنیایی از فعالیت‌های پیشرفته‌تر پیش‌رویتان باز می‌شود که هم سرگرم‌کننده‌اند و هم رابطه و توانایی‌های سگ را به سطح بالاتری می‌برند. این فعالیت‌ها به‌ویژه برای سگ‌های پرانرژی و باهوش که به چالش بیشتری نیاز دارند، عالی‌اند. مهم این است که فعالیت را با توان، سن، سلامت و علاقه سگ خودتان متناسب کنید.

از میان فعالیت‌های پیشرفته می‌توان به این‌ها اشاره کرد: مسیر مانع و چابکی (که سگ از موانع

عبور می‌کند)، کاریابی و ردیابی بویایی (که حس بویایی قوی سگ را به کار می‌گیرد)، آموزش ترفندهای پیچیده‌تر، و بازی‌های جست‌وجوی پیشرفته. این فعالیت‌ها علاوه بر تخلیه انرژی، ذهن سگ را عمیقاً درگیر می‌کنند و رضایت زیادی به او می‌دهند. به یاد داشته باشید که هدف، لذت مشترک است؛ اگر سگ از فعالیتی لذت نمی‌برد، آن را به او تحمیل نکنید.



شکل ۴-۲۸ پس از پایه‌ها، این فعالیت‌ها رابطه و توانایی سگ را غنی‌تر می‌کنند.

- فعالیت پیشرفته را با توان، سن، سلامت و علاقه سگ متناسب کنید.
- مسیر مانع و چابکی برای سگ‌های پرانرژی و چابک عالی است.
- کاریابی و ردیابی بویایی، حس قوی سگ را به شکل رضایت‌بخش به کار می‌گیرد.
- ترفندهای تازه، ذهن سگ را فعال و رابطه را شاد نگه می‌دارند.
- هدف، لذت مشترک است؛ فعالیتی را که سگ دوست ندارد، تحمیل نکنید.

نکته

برای فعالیت‌های پرفشار یا اگر سگ مشکل جسمی (مثل مشکل مفاصل) دارد، پیش از شروع با دامپزشک مشورت کنید تا از ایمنی فعالیت برای سگ‌تان مطمئن شوید.

★ نکته طلایی

آموزش هرگز واقعا تمام نمی‌شود. فعالیت‌های پیشرفته و بازی مشترک، راهی برای غنی‌تر کردن زندگی سگ و عمیق‌تر کردن پیوند شماست - سفری که سال‌ها ادامه دارد.

حفظ انگیزه در مسیر بلندمدت

تربیت سگ یک مسیر بلندمدت است، و مثل هر مسیر طولانی، روزهای پُرانگیزه و روزهای خسته‌کننده دارد. طبیعی است که گاهی احساس کنید پیشرفت کند است یا انگیزه‌تان کم شده. شناخت این واقعیت و داشتن چند راهکار برای حفظ انگیزه، کمک می‌کند در مسیر بمانید. یکی از بهترین راه‌ها، جشن گرفتن پیشرفت‌های کوچک است؛ وقتی به عقب نگاه می‌کنید و می‌بینید سگتان چقدر یاد گرفته، انرژی تازه‌ای می‌گیرد.

راهکارهای دیگر هم کمک می‌کنند: تنوع بخشیدن به تمرین‌ها و فعالیت‌ها تا یکنواخت نشوند، تمرکز بر لذت زمان مشترک به جای صرف نتیجه، و یادآوری این نکته که آموزش، خودش بخشی از رابطه شما و سگ است، نه فقط ابزاری برای رسیدن به هدف. و اگر در جایی گیر کردید، به یاد داشته باشید که کمک گرفتن - از منابع معتبر یا یک متخصص - نشانه تعهد است، نه شکست. مسیر را با مهربانی نسبت به خودتان و سگتان طی کنید.

- پیشرفت‌های کوچک را جشن بگیرید؛ نگاه به مسیر طی‌شده، انگیزه می‌دهد.
- به تمرین‌ها و فعالیت‌ها تنوع بدهید تا یکنواخت و خسته‌کننده نشوند.
- بر لذت زمان مشترک تمرکز کنید، نه فقط بر نتیجه نهایی.
- آموزش را بخشی از رابطه ببینید، نه صرفا وظیفه.
- اگر گیر کردید، کمک گرفتن نشانه تعهد است، نه شکست.

★ نکته طلایی

با خودتان هم مهربان باشید. تربیت سگ، سفری است که در آن هم شما و هم سگتان رشد می‌کنید. روزهای سخت بخشی از مسیرند؛ مهم این است که با عشق ادامه دهید.

جمع‌بندی فصل

مهم‌ترین نکته‌هایی که در این فصل آموختیم:

- « برنامه هشت‌هفته‌ای یک چارچوب انعطاف‌پذیر است؛ با ریتم سگ خودتان پیش بروید.
- « چهار هفته اول پایه‌ها (رابطه، دستورهای اولیه)، و چهار هفته دوم تثبیت و تعمیم است.
- « پیشرفت را در سه بعد بسنجید: تعمیم، مقاومت در برابر حواس‌پرتی، و استقلال از غذا.
- « پس از پایه‌ها، ترفندها و ورزش‌های سگی، رابطه و زندگی شما را غنی‌تر می‌کنند.
- « قلب تربیت سگ، رابطه‌ای مبتنی بر مهربانی، صبر، ثبات و احترام متقابل است.

پرسش‌های پرتکرار این فصل

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: اگر در هشت هفته همه‌چیز کامل نشد، یعنی شکست خورده‌ام؟
 پاسخ: اصلاً. هشت هفته یک شروع است، نه خط پایان. آموزش سگ فرایندی مادام‌العمر است. مهم روند رو به جلو و ثبات شماست، نه رسیدن به یک مقصد در زمان معین.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: بعد از این کتاب، از کجا یاد بگیرم؟
 پاسخ: از تمرین مداوم و مشاهده سگ خودتان، از مربیان و متخصصان مبتنی بر روش‌های مثبت، و از منابع معتبر. در بخش پیوست‌ها به ادامه مسیر یادگیری اشاره شده است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم پایه‌ها را بلد است؛ حالا چه کنم؟
 پاسخ: وارد مرحله لذت شوید: ترفندهای تفریحی، ورزش‌های سگی متناسب با توان سگ، و فعالیت‌های مشترک. این‌ها هم سگ را درگیر نگه می‌دارند و هم رابطه‌تان را عمیق‌تر می‌کنند.

✓ همین امروز چه کنم؟

- هفته اول برنامه هشت‌هفته‌ای را از همین امروز شروع کنید.
- یک دفترچه یا فرم پیگیری پیشرفت (از پیوست‌ها) برای ثبت مسیر آماده کنید.
- یک فعالیت یا ترفند تازه انتخاب کنید که هم شما و هم سگ‌تان از آن لذت ببرید.

بخش پایانی

پیوست‌ها و مراجع

پیوست

الف

واژه‌نامه اصطلاحات

معنای کوتاه و ساده مهم‌ترین اصطلاح‌های این کتاب، یک‌جا و در دسترس.

در این پیوست می‌یابید

- اصطلاح‌های پایه یادگیری
- اصطلاح‌های رفتاری
- اصطلاح‌های مراقبت و سلامت

در سراسر این کتاب با اصطلاح‌هایی روبه‌رو شدید که در دنیای تربیت سگ کاربرد دارند. این واژه‌نامه، تعریف کوتاه و ساده‌ای از مهم‌ترین آن‌ها را یک‌جا گرد آورده تا هر زمان خواستید، سریع به آن مراجعه کنید.

۱ اصطلاح‌های پایه یادگیری

اصطلاح	تعریف کوتاه
تقویت مثبت	افزودن چیزی خوب (مثل غذا) پس از رفتار، برای بیشتر شدن آن رفتار.
تقویت منفی	برداشتن چیزی ناخوشایند پس از رفتار، برای بیشتر شدن آن رفتار.
تنبيه	پیامدی که هدفش کم کردن یک رفتار است؛ در این کتاب توصیه نمی‌شود.
نشانه (مارکر)	صدای کوتاه و ثابت که لحظه رفتار درست را علامت می‌زند.
کلیکر	ابزاری که صدای کلیک ثابتی تولید می‌کند و نوعی نشانه صوتی است.
شکل‌دهی	ساختن رفتار تازه با پاداش دادن گام‌به‌گام به تقریب‌های نزدیک‌تر.
هدایت	راهنمایی سگ به حالت دلخواه با کمک یک تکه غذا در دست.
تعمیم	اجرای دستور در مکان‌ها و شرایط گوناگون، نه فقط محل یادگیری.

۲ اصطلاح‌های رفتاری

اصطلاح	تعریف کوتاه
آشناکردن مثبت سگ با اجتماعی‌سازی‌آنها، صداها، محیط‌ها و حیوان‌های دیگر.	
حساسیت‌زدایی	ارائه تدریجی محرک ترسناک از فاصله امن تا کاهش ترس.
شرطی‌سازی متقابل	همراه‌کردن محرک ترسناک با چیزی خوب برای تغییر واکنش سگ.
آستانه واکنش	نقطه‌ای که تا پیش از آن سگ آرام است و پس از آن واکنش نشان می‌دهد.
محافظت از منابع	رفتار تدافعی سگ نسبت به غذا یا اشیاء؛ نیازمند مدیریت تخصصی.
اضطراب جدایی	پریشانی واقعی سگ هنگام تنها ماندن یا جدایی از فرد دلبسته.
مهار گاز	توانایی سگ در کنترل شدت فشار دندان، که در توله‌گی آموخته می‌شود.
مدیریت محیط	تغییر محیط برای جلوگیری از فرصت بروز رفتار نامطلوب.

۳ اصطلاح‌های مراقبت و سلامت

اصطلاح	تعریف کوتاه
گرومینگ	مجموعه کارهای بهداشتی: شست‌وشو، برس، مراقبت گوش، چشم، دندان و ناخن.

اصطلاح	تعریف کوتاه
انگل‌زدایی	از بین بردن یا پیشگیری از انگل‌های داخلی و خارجی به صورت منظم.
واکسیناسیون	تزریق واکسن برای آماده‌سازی واکسیناسیون در برابر بیماری‌های خطرناک.
عقیم‌سازی	عمل جراحی برای جلوگیری از تولیدمثل، با جنبه‌های سلامتی و اجتماعی.
هارنس	بند قفسه سینه که فشار را از گردن برمی‌دارد؛ گزینه‌ای ملایم برای پیاده‌روی.
کنل	فضای امن سرپوشیده که پناهگاه سگ است، نه ابزار تنبیه.
وضعیت بدنی	سنجش لاغری یا چاقی سگ از روی ظاهر و لمس بدن.

نکته

این تعریف‌ها ساده‌شده‌اند تا کاربرد عملی داشته باشند. برای جزئیات کامل هر مفهوم، به فصل مربوط در متن کتاب مراجعه کنید.

۴ اصطلاح‌های موقعیت‌های خاص

اصطلاح	تعریف کوتاه
قاعده ۳-۳-۳	چارچوبی تقریبی برای دوره سازگاری سگ تازه‌وارد: سه روز، سه هفته، سه ماه.
پنجره طلایی	دوره حساس اجتماعی‌سازی توله، تقریباً تا سه تا چهارماهگی.

اصطلاح	تعریف کوتاه
دوره ترس	مرحله‌ای موقت در رشد که سگ به‌طور گذرا ترسو تر می‌شود.
کنترل تکانه	توانایی سگ در مهار واکنش آنی، مثلاً پیش از تعقیب یا پریدن.
مهار محیط	تغییر محیط برای جلوگیری از فرصت بروز رفتار نامطلوب.
کلمه رهایی	کلمه‌ای ثابت که به سگ می‌گوید دستور فعلی تمام شده و آزاد است.
گرم‌زدگی	وضعیت اورژانسی افزایش خطرناک دمای بدن، به‌ویژه در گرما.

نکته

این واژه‌نامه فقط نمای کلی است. برای درک کامل هر مفهوم و کاربرد عملی آن، به فصل مربوط در متن کتاب مراجعه کنید.

پیوست

ب

جدول‌های مرجع

جدول‌های پرکاربرد برای دسترسی سریع؛ همه تقریبی و راهنمای کلی.

در این پیوست می‌یابید

- نمای کلی واکسیناسیون
- مقدار و دفعات غذا
- نشانه‌های اورژانسی
- خوراکی‌های مجاز و ممنوع

این پیوست، چند جدول مرجع پرکاربرد را یک‌جا گرد آورده تا هنگام نیاز سریع به آن‌ها دسترسی داشته باشید. توجه کنید که همه این اعداد و بازه‌ها تقریبی و راهنمای کلی‌اند؛ شرایط هر سگ متفاوت است و مرجع نهایی، دامپزشک شماست.

! هشدار جدی

اعداد، بازه‌ها و زمان‌بندی‌های این جدول‌ها تقریبی و صرفاً برای آگاهی کلی‌اند. برنامه دقیق واکسیناسیون، مقدار غذا و سایر موارد را حتماً با دامپزشک خود تنظیم کنید. این جدول‌ها جایگزین توصیه تخصصی نیستند.

۱ جدول مرجع واکسیناسیون (نمای کلی)

این جدول یک نمای کلی تقریبی از روند واکسیناسیون است. زمان‌بندی واقعی به نوع واکسن، سن و وضعیت سگ و توصیه دامپزشک بستگی دارد.

مرحله	زمان تقریبی	توضیح
نوبت‌های اولیه ترکیبی	از ۶ تا ۸ هفته‌گی	در چند نوبت با فاصله
یادآورها	تا حدود ۱۶ هفته‌گی	تکمیل ایمنی اولیه
هاری	معمولاً پس از ۳ ماهگی	طبق قانون محل، اغلب سالانه
یادآور سالانه	هر سال	حفظ ایمنی
انگل‌زدایی	منظم و دوره‌ای	داخلی و خارجی، طبق نظر دامپزشک

۲ راهنمای تقریبی مقدار و دفعات غذا

دفعات غذا بیشتر به سن بستگی دارد و مقدار آن به وزن، نژاد و سطح فعالیت. جدول زیر فقط دفعات تقریبی را نشان می‌دهد؛ مقدار دقیق را از راهنمای غذای مصرفی و دامپزشک بگیرید.

سن سگ	دفعات تقریبی غذا در روز	نکته
۲ تا ۳ ماهگی	۴ وعده	معده کوچک، وعده‌های کم و مکرر
۳ تا ۶ ماهگی	۳ وعده	دوران رشد سریع
۶ تا ۱۲ ماهگی	۲ تا ۳ وعده	گذار به برنامه بزرگ‌سالی
بزرگ‌سال	۲ وعده	صبح و عصر، منظم
مسن	۲ وعده	تنظیم کالری طبق فعالیت و نظر دامپزشک

نکته

هرگز مقدار غذا را صرفاً بر اساس این جدول تعیین نکنید. به راهنمای روی بسته غذا، وضعیت بدنی سگ و توصیه دامپزشک توجه کنید و آب تازه را همیشه در دسترس بگذارید.

۳ نشانه‌های اورژانسی (مراجعه فوری)

برخی نشانه‌ها وضعیت اورژانسی‌اند و نیاز به مراجعه فوری به دامپزشک دارند. این فهرست را در جای در دسترس نگه دارید.

نشانه	اقدام
تشنج یا بی‌هوشی	مراجعه فوری به دامپزشک
تنفس بسیار سخت یا مداوم	مراجعه فوری
تورم سریع و سفت شکم	مراجعه فوری
خون‌ریزی شدید	فشار روی زخم و مراجعه فوری
استفراغ/اسهال مکرر با خون	مراجعه فوری
خوردن ماده سمی مشکوک	تماس فوری با دامپزشک
علائم گرم‌زدگی	خنک‌کردن تدریجی و مراجعه فوری

! هشدار جدی

در شرایط اورژانسی، تماس با دامپزشک یا کلینیک شبانه‌روزی، اولین کار است. شماره آن‌ها را از پیش در جای مشخص ذخیره کنید و در صورت امکان، پیش از حرکت تماس بگیرید تا آماده پذیرش باشند.

۴ جدول سریع «بله/خیر» خوراکی‌ها

یادآوری سریع برخی خوراکی‌های ممنوع و مجاز. برای فهرست کامل و جزئیات به فصل هفت مراجعه کنید.

خوراکی	وضعیت	توضیح
شکلات	ممنوع	سمی برای سگ، گاهی کشنده

خوراکی	وضعیت	توضیح
انگور و کشمش	ممنوع	می‌تواند به کلیه آسیب بزند
پیاز و سیر	ممنوع	به گلبول‌های قرمز آسیب می‌زند
استخوان پخته	ممنوع	خطر شکستن و آسیب گوارشی
هویج	مجاز با احتیاط	به‌عنوان تشویقی کم‌کالری
سیب (بدون هسته)	مجاز با احتیاط	هسته را جدا کنید

نکته

هرگاه درباره بی‌خطر بودن یک خوراکی برای سگ تردید داشتید، آن را ندهید و از دامپزشک بپرسید. بسیاری از خوراکی‌های بی‌خطر برای انسان، برای سگ خطرناک‌اند.

۵ جدول رفتار طبیعی در برابر نشانه هشدار

این جدول کمک می‌کند تفاوت میان حالت‌های طبیعی و نشانه‌هایی که نیاز به توجه دارند را سریع تشخیص دهید. در هر مورد مشکوک، با دامپزشک مشورت کنید.

زمینه	معمولا طبیعی	نیازمند توجه
اشتها	ثابت و خوب	بی‌اشتهایی بیش از یک روز

زمینه	معمولا طبیعی	نیازمند توجه
انرژی	متعادل و قابل پیش‌بینی	بی‌حالی یا خستگی ناگهانی
تنفس در استراحت	آرام و منظم	تنفس تند یا سخت
مدفوع	شکل‌گرفته و منظم	اسهال مکرر یا خون
لثه	صورتی مرطوب	رنگ‌پریده یا بسیار خشک

۶ یادداشت درباره برنامه انگل‌زدایی

انگل‌زدایی هم داخلی (کرم‌ها) و هم خارجی (کک و کنه) را شامل می‌شود و باید به‌صورت منظم انجام شود. فاصله دقیق و نوع دارو، به سن، وزن، سبک زندگی سگ (آپارتمانی یا حیاطی) و منطقه جغرافیایی بستگی دارد و باید توسط دامپزشک تعیین شود. جدول زیر فقط یک یادآوری کلی است، نه دستور درمانی.

نوع	هدف	نکته
انگل داخلی	کرم‌های روده	منظم، طبق وزن و نظر دامپزشک
انگل خارجی	کک و کنه	به‌ویژه پس از گردش در طبیعت
بازرسی	بدن سگ	پس از هر گردش، کک و کنه را بررسی کنید

! هشدار جدی

هرگز داروی انگل انسان را به سگ ندهید و دوز را خودسرانه تعیین نکنید. نوع و مقدار دارو را دامپزشک بر اساس وزن و شرایط سگ مشخص می‌کند.

پیوست

ج

فرم‌های حمام قابل چاپ

فرم‌هایی برای پیگیری آموزش، توالت، سلامت و اجتماعی سازی سگ شما.

در این پیوست می‌یابید

- دفترچه تمرین روزانه
- پیگیری آموزش توالت
- پرونده سلامت
- چک لیست اجتماعی سازی

ثبت منظم، یکی از قوی‌ترین ابزارهای آموزش است. فرم‌های این پیوست را می‌توانید کپی یا بازنویسی کنید و برای پیگیری آموزش، توالی، سلامت و اجتماعی‌سازی سگ‌تان به کار ببرید. خانه‌های خالی را خودتان پر کنید.

۱ فرم دفترچه تمرین روزانه

هر روز، مهارت تمرین‌شده، مدت و میزان موفقیت را یادداشت کنید تا روند پیشرفت را ببینید.

نتیجه	تاریخ	مهارت	مدت (۱ تا ۵)	یادداشت
—	—	—	—	—
—	—	—	—	—
—	—	—	—	—
—	—	—	—	—
—	—	—	—	—

۲ فرم پیگیری آموزش توالی

زمان و محل دستشویی را ثبت کنید تا الگوی نیاز سگ را کشف و برنامه را تنظیم کنید.

تاریخ	ساعت	محل (درست/اشتباه)	پس از چه فعالیتی	یادداشت
—	—	—	—	—
—	—	—	—	—
—	—	—	—	—
—	—	—	—	—
—	—	—	—	—

۳ فرم پرونده سلامت

سوابق واکسن، انگل‌زدایی و مراجعه‌ها را یک‌جا نگه دارید تا هنگام نیاز در دسترس باشد.

تاریخ بعدی	تاریخ (واکسن/انگل/معاینه)	اقدام	جزئیات
—	—	—	—
—	—	—	—
—	—	—	—
—	—	—	—
—	—	—	—

۴ چک‌لیست اجتماعی‌سازی

هر تجربه را که سگ‌تان به شکل مثبت با آن آشنا شد، علامت بزنید. هدف، آشنایی آرام و مثبت است، نه صرف مواجهه.

موارد اجتماعی سازی

☐ آدم‌های گوناگون (مرد، زن، کودک)☐ افراد با کلاه، چتر، عینک☐ صدای جاروبرقی و وسایل خانگی☐ صدای بوق و ترافیک☐ سطوح مختلف زیر پا☐ سوارشدن به خودرو☐ بازدید مثبت از دامپزشکی☐ دیدار با سگ‌های سالم و آرام☐ لمس پنجه، گوش و دهان☐ تجربه برس و گرومینگ

نکته

این فرم‌ها را می‌توانید روی کاغذ بازنویسی کنید یا در یک دفترچه نگه دارید. نکته مهم، تداوم ثبت است؛ حتی یادداشت‌های کوتاه هم تصویر روشنی از پیشرفت به شما می‌دهند.

پیوست



نمونه پرشده فرم‌ها

نمونه‌هایی فرضی که شیوه پرکردن و استفاده از فرم‌ها را نشان می‌دهند.

در این پیوست می‌یابید

- نمونه دفترچه تمرین
- نمونه پیگیری توالی
- نکته‌های کاربردی ثبت

برای اینکه استفاده از فرم‌های پیوست قبل روشن‌تر شود، در اینجا نمونه‌ای از فرم‌های پرشده را می‌بینید. این نمونه‌ها فرضی‌اند و فقط برای نشان‌دادن شیوه ثبت آورده شده‌اند.

۱ نمونه دفترچه تمرین روزانه

در این نمونه، یک هفته تمرین برای توله‌ای فرضی به نام «شادی» ثبت شده است. ستون نتیجه از ۱ (ضعیف) تا ۵ (عالی) است.

روز	مهارت	مدت نتیجه	یادداشت
شنبه	بشین	۵ دقیقه	در خانه خوب بود
یکشنبه	بشین + بیا	۶ دقیقه	بیا هنوز ضعیف
دوشنبه	بیا	۵ دقیقه	با بازی بهتر شد
سه‌شنبه	دراز بکش	۵ دقیقه	گام را کوچک‌تر کردم
چهارشنبه	دراز بکش	۴ دقیقه	پیشرفت خوب
پنجشنبه	بمان (کوتاه)	۵ دقیقه	تا ۳ ثانیه ماند

◆ مثال واقعی

ببینید چطور در روز سه‌شنبه که نتیجه ضعیف بود، (۲) صاحب سگ در یادداشت نوشته «گام را کوچک‌تر کردم» - دقیقاً همان کاری که در فصل آموزش گفتیم. روز بعد، نتیجه به ۴ رسید. این، قدرت ثبت و تنظیم است.

۲ نمونه پیگیری آموزش توالت

این نمونه نشان می‌دهد چطور ثبت زمان و محل، الگوی نیاز سگ را آشکار می‌کند.

ساعت	محل	پس از چه فعالیتی	یادداشت
۷:۰۰	درست (حیات)	بیدارشدن	پاداش دادم
۷:۴۵	درست (حیات)	صبحانه	خوب
۱۰:۳۰	اشتباه (داخل)	بازی طولانی	باید زودتر می‌بردم
۱۳:۰۰	درست (حیات)	ناهار	منظم شد
۱۸:۰۰	درست (حیات)	بازی عصر	عالی

★ نکته طلایی

از این نمونه می‌بینیم که اشتباه ساعت ۱۰:۳۰ «پس از بازی طولانی» رخ داده - یکی از همان زمان‌های طلایی که در فصل سیزده گفتیم. ثبت، به صاحب سگ کمک کرد این الگو را ببیند و دفعه بعد زودتر اقدام کند.

● نکته

این نمونه‌ها کاملاً فرضی‌اند و فقط برای آموزش شیوه ثبت آورده شده‌اند. سگ شما الگوی خودش را دارد؛ با چند روز ثبت، آن را کشف خواهید کرد.

پیوست



تقویم و برنامه هفتگی

یک برنامه هفتگی متعادل برای فعالیت، آموزش و استراحت سگ.

در این پیوست می‌یابید

- اصول برنامه هفتگی
- نمونه برنامه هفتگی
- برنامه خالی برای پرکردن

یک برنامه هفتگی متعادل، به سگ شما هم فعالیت کافی می‌دهد و هم آموزش منظم و استراحت کافی. این پیوست یک نمونه برنامه هفتگی ارائه می‌دهد که می‌توانید آن را با شرایط خود تنظیم کنید.

۱ اصول یک برنامه هفتگی خوب

برنامه هفتگی سگ باید چند نیاز را پوشش دهد: ورزش بدنی روزانه، سرگرمی ذهنی، جلسه‌های کوتاه آموزش، فرصت اجتماعی‌سازی و البته استراحت کافی. تعادل میان این‌ها مهم است؛ نه آن‌قدر کم‌تحرک که کسل و بی‌قرار شود، و نه آن‌قدر پرفشار که خسته و تحریک‌پذیر گردد.

- ورزش بدنی: متناسب با نژاد و سن، هر روز.
- سرگرمی ذهنی: بازی‌های فکری و بویایی، چند بار در هفته.
- آموزش: جلسه‌های کوتاه (چند دقیقه) و مکرر، ترجیحاً روزانه.
- اجتماعی‌سازی: تجربه‌های تازه مثبت در طول هفته.
- استراحت: زمان کافی برای خواب و آرامش بی‌مذاحت.

۲ نمونه برنامه هفتگی

این یک نمونه تقریبی برای یک سگ بالغ با انرژی متوسط است. آن را بر اساس نیاز نژاد، سن و سبک زندگی خودتان تنظیم کنید.

روز	صبح	عصر
شنبه	پیاده‌روی + تمرین «بشین/بمان»	بازی فکری + استراحت
یکشنبه	پیاده‌روی طولانی‌تر	تمرین «بیا» + بازی
دوشنبه	پیاده‌روی + بازی بویایی	تمرین راه‌رفتن کنار صاحب
سه‌شنبه	پیاده‌روی + تمرین کوتاه	اجتماعی‌سازی (محیط تازه)

روز	صبح	عصر
چهارشنبه	پیاده روی + پازل غذایی	تمرین «ولش کن/بنداز»
پنجشنبه	پیاده روی + بازی	تمرین مرور همه دستورها
جمعه	گردش طولانی تر یا بازی گروهی	استراحت و آرامش

نکته

این برنامه فقط یک نمونه است. سگ‌های پرانرژی به فعالیت بیشتر و سگ‌های مسن یا کم‌تحرك به فعالیت ملایم‌تر نیاز دارند. به نشانه‌های سگ خودتان توجه کنید.

۳ برنامه خالی برای پرکردن

از این جدول خالی برای نوشتن برنامه شخصی سگ‌تان استفاده کنید.

روز	صبح	عصر
شنبه	—	—
یکشنبه	—	—
دوشنبه	—	—
سه‌شنبه	—	—
چهارشنبه	—	—
پنجشنبه	—	—
جمعه	—	—

نکته طلایی

یک برنامه نوشته‌شده، احتمال اجرا را بسیار بالا می‌برد. برنامه را جایی بچسبانید که هر روز ببینید و به یاد داشته باشید که ثبات، از شدت مهم‌تر است.

۴ چک‌لیست سفر با سگ

پیش از سفر، این فهرست را مرور کنید تا چیزی از قلم نیفتد.

ملزومات سفر

- ☐ آب تازه و ظرف آب و غذا
- ☐ غذای کافی برای کل سفر
- ☐ بند، قلاده و در صورت نیاز هارنس
- ☐ کیسه بهداشتی برای جمع‌آوری فضولات
- ☐ دفترچه سلامت و فهرست داروهای سگ
- ☐ روش مهار ایمن در خودرو (بند مخصوص یا باکس)
- ☐ یک شیء آشنا (پتو یا اسباب‌بازی) برای آرامش
- ☐ شماره دامپزشک و کلینیک در مقصد

۵ چک‌لیست روال روزانه سالم

یک یادآوری سریع از کارهایی که یک روز متعادل برای سگ را می‌سازند.

یک روز متعادل

- ☐ ورزش بدنی متناسب با نژاد و سن
- ☐ سرگرمی ذهنی (بازی فکری یا بویایی)
- ☐ یک یا دو جلسه کوتاه آموزش
- ☐ وعده‌های غذایی منظم و آب تازه
- ☐ زمان کافی برای استراحت و خواب آرام
- ☐ کمی توجه و بازی مشترک

☆ نکته طلایی

یک روال روزانه متعادل - ترکیبی از ورزش، سرگرمی، آموزش و استراحت - پایه یک سگ آرام و شاد است. این چک لیست را تا جابافتادن عادت، در دسترس داشته باشید.

پیوست

9

پرسش‌های پرتکرار جامع

مجموعه‌ای از پرتکرارترین پرسش‌ها درباره تربیت، رفتار، سلامت و زندگی روزمره.

در این پیوست می‌یابید

- پرسش‌های کلی تربیت
- پرسش‌های رفتاری
- مراقبت و سلامت
- زندگی روزمره

در طول این کتاب، در پایان هر فصل به پرسش‌های پرتکرار آن موضوع پاسخ دادیم. این پیوست، مجموعه‌ای از پرتکرارترین و کلی‌ترین پرسش‌ها را یکجا گرد آورده تا مرجع سریعی برای دغدغه‌های رایج باشد.

۱ پرسش‌های کلی درباره تربیت

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: از چه سنی می‌توانم آموزش را شروع کنم؟
پاسخ: از همان روزهای اول! توله‌ها از هفته‌های نخست توانایی یادگیری دارند. فقط جلسه‌ها را کوتاه، ساده و مثبت نگه دارید. برای سگ بزرگ‌سال هم هیچ‌وقت دیر نیست.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا سگ پیر را می‌توان آموزش داد؟
پاسخ: بله، قطعاً. این باور که «سگ پیر آموزش‌پذیر نیست» نادرست است. اصول یادگیری در هر سنی کار می‌کنند؛ فقط اصلاح عادت‌های قدیمی گاهی صبر بیشتری می‌خواهد.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: هر جلسه آموزش چقدر باید طول بکشد؟
پاسخ: کوتاه و مکرر بهتر است: چند جلسه چنددقیقه‌ای در روز، بسیار موثرتر از یک جلسه طولانی خسته‌کننده است. همیشه جلسه را با یک موفقیت تمام کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: بدون تنبیه واقعا می‌توان سگ را تربیت کرد؟
پاسخ: بله. روش‌های مبتنی بر پاداش و مدیریت محیط، هم موثرترند و هم رابطه را خراب نمی‌کنند. تنبیه خطر ترس و پرخاشگری دارد و در این کتاب توصیه نمی‌شود.

۲ پرسش‌های رفتاری

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم در خانه گوش می‌دهد اما بیرون نه؛ چرا؟

پاسخ: چون دستور را هنوز «تعمیم» نداده. محیط بیرون پر از حواس‌پرتی است؛ باید تدریجی در جاهای شلوغ‌تر و با پاداش بهتر تمرین کنید تا دستور همه‌جا کار کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چرا سگم رفتار بدی را که قبلاً نداشت، شروع کرده؟

پاسخ: تغییر ناگهانی رفتار می‌تواند ریشه پزشکی، استرس یا تغییر در محیط داشته باشد. اول علت پزشکی را با دامپزشک رد کنید، سپس به دنبال تغییرهای محیطی بگردید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم از چیزی می‌ترسد؛ چطور کمکش کنم؟

پاسخ: با حساسیت‌زدایی تدریجی: محرک ترسناک را از فاصله امن و با شدت کم ارائه کنید و با چیزهای خوب همراه سازید. هرگز سگ را به‌زور در موقعیت ترسناک نیندازید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: بهترین پاداش برای آموزش چیست؟

پاسخ: هر چیزی که برای سگ شما ارزشمند باشد: اغلب تکه‌های کوچک غذای خوش‌طعم، اما گاهی هم بازی، اسباب‌بازی محبوب یا تحسین گرم. پاداش باید برای سگ، واقعا جذاب باشد.

۳ پرسش‌های مراقبت و سلامت

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: هر چند وقت سگم را به دامپزشک ببرم؟

پاسخ: برای سگ بالغ سالم معمولا سالی یک‌بار معاینه عمومی؛ توله‌ها و سگ‌های مسن یا بیمار به مراجعه بیشتری نیاز دارند. دامپزشک برنامه دقیق را تعیین می‌کند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: هر چند وقت سگم را حمام کنم؟

پاسخ: برای بیشتر سگ‌ها هر یک تا سه ماه یا هنگام کثیف‌شدن. شستن بیش‌ازحد، پوست را خشک و تحریک می‌کند. همیشه از شامپوی مخصوص سگ استفاده کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم چاق شده؛ چه کنم؟

پاسخ: اول با دامپزشک مشورت کنید تا علت و برنامه مناسب مشخص شود. معمولاً ترکیبی از تنظیم مقدار غذا، کاهش تشویقی‌های پرکالری و افزایش فعالیت لازم است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا باید سگم را عقیم کنم؟

پاسخ: این تصمیمی شخصی با جنبه‌های سلامتی و اجتماعی است. مزایا و زمان مناسب برای هر سگ فرق می‌کند؛ بهترین راهنما دامپزشکی است که سگ شما را معاینه کرده باشد.

۴ پرسش‌های زندگی روزمره**؟ پرسش و پاسخ**

پرسش: چطور سگم را به تنها ماندن عادت دهم؟

پاسخ: از جدایی‌های بسیار کوتاه شروع کنید و تدریجی طولانی‌تر کنید. ورود و خروج را بی‌هیاهو نگه دارید. اگر نشانه اضطراب شدید دیدید، به فصل اضطراب جدایی مراجعه کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم و کودکم را می‌توانم تنها بگذارم؟

پاسخ: هرگز بدون نظارت کامل بزرگ‌سال. هر قدر هم به سگ اعتماد دارید، ایمنی کودک اولویت مطلق است و موقعیت‌های غیرمنتظره همیشه ممکن‌اند.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چطور سگ تازه را به حیوان دیگر معرفی کنم؟
 پاسخ: تدریجی و کنترل‌شده: با آشنایی بویایی و در محیط بی‌طرف شروع کنید، دیدارها را کوتاه و مثبت نگه دارید و به فرایند هفته‌ها زمان بدهید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: از کجا بفهمم به متخصص نیاز دارم؟
 پاسخ: در موارد پرخاشگری، ترس شدید، خطر ایمنی، یا نبود پیشرفت با وجود تلاش درست. کمک‌گرفتن به‌موقع، نشانه مسئولیت‌پذیری است، نه شکست.

● نکته

این پرسش‌ها نمای کلی‌اند؛ پاسخ کامل هر موضوع در فصل مربوط آمده است. برای مسائل خاص سگ خودتان، به‌ویژه در سلامت و رفتارهای جدی، با دامپزشک یا متخصص رفتار مشورت کنید.

۵ پرسش‌های پرتکرار تکمیلی**؟ پرسش و پاسخ**

پرسش: سگم از صدای آتش‌بازی یا رعدوبرق می‌ترسد؛ چه کنم؟
 پاسخ: در لحظه ترس، آرامش خود را حفظ کنید و یک فضای امن فراهم کنید که سگ بتواند به آن پناه ببرد. او را برای ترس سرزنش نکنید. در درازمدت، حساسیت‌زدایی تدریجی با صداهای ملایم می‌تواند کمک کند؛ در موارد شدید با دامپزشک یا متخصص مشورت کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا می‌توانم به سگ بالغ هم دستور تازه یاد بدهم؟
 پاسخ: بله، حتما. سگ‌ها در هر سنی توانایی یادگیری دارند. همان اصول (پاداش، تکرار، صبر) برای سگ بالغ هم کار می‌کنند؛ فقط اصلاح عادات‌های قدیمی گاهی کمی بیشتر زمان می‌برد.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم به مبلمان یا کفش علاقه زیادی برای جویدن دارد؛ راه حل چیست؟
 پاسخ: گزینه‌های جویدنی مجاز و جذاب فراهم کنید، اشیای ارزشمند را دور نگه دارید، و ورزش و سرگرمی روزانه را بیشتر کنید. تنبیه پس از واقعه بی‌فایده است. برای جزئیات به فصل جویدن و تخریب مراجعه کنید.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: چطور بفهمم سگم به اندازه کافی ورزش می‌کند؟
 پاسخ: سگی که به اندازه کافی ورزش و سرگرمی دارد، پس از فعالیت آرام استراحت می‌کند و رفتارهای مخرب ناشی از کسالت کمتری دارد. بی‌قراری، تخریب و انرژی بیش‌ازحد، اغلب نشانه کمبود فعالیت است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: آیا لازم است برای تربیت، حتما به کلاس بروم؟
 پاسخ: نه الزاما؛ با این کتاب و تمرین منظم می‌توانید بسیاری از پایه‌ها را خودتان آموزش دهید. اما کلاس‌های گروهی معتبر می‌توانند به اجتماعی‌سازی و راهنمایی حضوری کمک کنند، و برای مشکلات جدی، کمک متخصص ارزشمند است.

؟ پرسش و پاسخ

پرسش: سگم گاهی از دستورها پیروی نمی‌کند؛ یعنی لجباز است؟
 پاسخ: معمولا نه. عدم اجرا اغلب یعنی سگ دستور را خوب نیاموخته، حواسش پرت است، خسته است، یا انگیزه کافی ندارد - نه لجبازی. به سطح ساده‌تر برگردید، پاداش را جذاب‌تر کنید و در محیط آرام‌تر تمرین کنید.

نکته

این پرسش‌ها نمای کلی‌اند و پاسخ کامل هر موضوع در فصل مربوط آمده است. برای مسائل خاص سلامت و رفتارهای جدی، با دامپزشک یا متخصص رفتار مشورت کنید.

پیوست

ز

منابع و گام‌های بعدی یادگیری

چگونگی ادامه مسیر یادگیری، یافتن متخصص خوب و فعالیت‌های پیشرفته.

در این پیوست می‌یابید

- ادامه یادگیری
- یافتن متخصص خوب
- مهارت‌های پیشرفته
- سخن آخر

یادگیری تربیت سگ، سفری مادام‌العمر است و این کتاب تنها نقطه شروع آن. در این پیوست، درباره چگونگی ادامه این مسیر، یافتن منابع و متخصصان معتبر، و پرورش مهارت‌های پیشرفته‌تر صحبت می‌کنیم.

۱ چگونه به یادگیری ادامه دهیم؟

بهترین معلم شما، تجربه مستقیم و مشاهده دقیق سگ خودتان است. هرچه بیشتر با سگ‌تان تمرین کنید و به واکنش‌هایش توجه کنید، مهارت شما در «خواندن» او و تنظیم روش‌تان بیشتر می‌شود. آموزش، یک گفت‌وگوی دوطرفه همیشگی است؛ شما و سگ‌تان مدام از هم یاد می‌گیرید.

علاوه بر تجربه، می‌توانید از منابع آموزشی معتبر، کلاس‌های آموزش گروهی، و مشاوره با متخصصان مبتنی بر روش‌های مثبت بهره ببرید. مهم این است که منابع را با دقت انتخاب کنید؛ متأسفانه اطلاعات نادرست و روش‌های مبتنی بر ترس و «سلطه» هم فراوان‌اند. معیار شما باید روش‌های علمی، مهربانه و مبتنی بر پاداش باشد.

- تمرین و مشاهده مداوم سگ خودتان؛ بهترین و در دسترس‌ترین معلم.
- کلاس‌های آموزش گروهی معتبر که بر روش‌های مثبت تکیه دارند.
- مشاوره با مربیان و متخصصان رفتار دارای رویکرد علمی و مهربانه.
- منابع آموزشی معتبر و به‌روز در زمینه رفتارشناسی و آموزش سگ.

★ نکته طلایی

معیار طلایی برای انتخاب هر منبع یا متخصص: آیا بر پاداش و مهربانی تکیه دارد یا بر ترس و تنبیه؟ روش‌های علمی مبتنی بر پاداش، هم موثرترند و هم رفاه سگ را حفظ می‌کنند. از وعده‌های «اصلاح سریع با تنبیه» فاصله بگیرید.

۲ چگونه متخصص خوب پیدا کنیم؟

در مواردی - به‌ویژه پرخاشگری، ترس شدید و اضطراب جدایی - کمک حضوری یک متخصص ضروری است. اما همه مربیان مثل هم نیستند. هنگام انتخاب، به این نکته‌ها توجه کنید تا مطمئن شوید رویکرد متخصص با اصول این کتاب هم‌سو و به نفع سگ شماست.

نشانه متخصص خوب	علامت هشدار
تکیه بر روش‌های مبتنی بر پاداش	تأکید بر تنبیه، ترس یا «سلطه»
ارزیابی دقیق پیش از برنامه	تجویز نسخه واحد برای همه
برنامه روشن و تدریجی	وعده اصلاح سریع و تضمینی
توضیح علت رفتار	تمرکز صرف بر سرکوب علامت
اولویت دادن به رفاه و ایمنی سگ	استفاده از ابزار دردناک

! هشدار جدی

از مربیان یا روش‌هایی که برای حل مشکلات (به‌ویژه پرخاشگری) بر ترس، درد، شوک یا «غلبه و سلطه» تکیه دارند، پرهیز کنید. این روش‌ها می‌توانند مشکل را بدتر و خطرناک‌تر کنند و به رابطه شما و سگ آسیب بزنند.

۳ مهارت‌ها و فعالیت‌های پیشرفته

وقتی پایه‌ها محکم شد، می‌توانید وارد دنیای جذاب فعالیت‌های پیشرفته شوید که در فصل بیست‌وهشت هم به آن‌ها اشاره کردیم. این فعالیت‌ها ذهن و بدن سگ را درگیر می‌کنند، رابطه را عمیق‌تر می‌سازند و زندگی هر دویتان را غنی‌تر می‌کنند. انتخاب فعالیت را با توان، سن، سلامت و علاقه سگ خودتان هماهنگ کنید.

- ترفندهای تفریحی: «دست بده»، «بچرخ»، «سلام» و ترفندهای سرگرم‌کننده دیگر.
- ورزش‌های سگی: مسیر مانع (چابکی)، کاریابی بویایی، و بازی‌های جست‌وجو.
- آموزش پیشرفته اطاعت و فراخوان در محیط‌های دشوار.
- فعالیت‌های مشترک در طبیعت، با رعایت ایمنی و مقررات محلی.
- کاردرمانی ذهنی مداوم با پازل‌ها و بازی‌های فکری پیچیده‌تر.

نکته

برای فعالیت‌های پرفشار یا اگر سگ مشکل جسمی دارد، پیش از شروع با دامپزشک مشورت کنید. هر سگ توانایی‌ها و محدودیت‌های خودش را دارد.

سخن آخر ۴

اگر این کتاب را تا اینجا خوانده‌اید، یعنی به سگ‌تان و رابطه‌تان با او اهمیت می‌دهید - و همین، مهم‌ترین گام است. هیچ کتابی نمی‌تواند جای عشق، صبر و توجه روزانه شما را بگیرد، اما امیدواریم این کتاب نقشه راه خوبی برای سفر پیش‌رویتان باشد.

به یاد داشته باشید: تربیت سگ، مقصد نیست، مسیر است. مسیری که با مهربانی، صبر و ثبات، نه تنها به سگی خوش‌رفتار، بلکه به دوستی‌ای عمیق و دوطرفه می‌انجامد. برای شما و همدم چهارپایتان، سال‌هایی پر از شادی، آرامش و یادگیری مشترک آرزو می‌کنیم.

نکته طلایی

سفر شما و سگ‌تان تازه آغاز شده است. با هر تمرین، هر بازی و هر لحظه مشترک، این پیوند عمیق‌تر می‌شود. به مسیر ادامه دهید - با عشق، صبر و احترام.

ده اصل کلیدی این کتاب در یک نگاه ۵

اگر بخواهیم همه آموخته‌های این کتاب را در چند اصل خلاصه کنیم، این ده اصل، ستون‌های اصلی تربیت موفق و مهربانانه‌اند:

۱. تربیت بر پایه پاداش و مهربانی است، نه ترس و زور.
۲. رفتاری که نتیجه خوب بدهد، تکرار می‌شود؛ رفتار درست را پاداش دهید.
۳. زمان‌بندی و ثبات، دو رکن یادگیری سریع‌اند.
۴. بیشتر مشکلات رفتاری، ریشه در کمبود ورزش، سرگرمی یا برآورده نشدن نیاز دارند.
۵. اجتماعی‌سازی زودهنگام و مثبت، سرمایه‌گذاری روی آینده رفتاری سگ است.
۶. زبان بدن سگ را بخوانید و پیام‌های خودتان را روشن و بدون تهدید بفراستید.
۷. هر سگ فردی منحصر به فرد است؛ روش را با شخصیت و نیازهای او تطبیق دهید.

۸. پیش‌گیری (واکسن، انگل‌زدایی، معاینه) از درمان آسان‌تر و کم‌هزینه‌تر است.
۹. در مسائل سلامت به دامپزشک و در مشکلات رفتاری جدی به متخصص مراجعه کنید.
۱۰. صبر و عشق، در سراسر این مسیر، مهم‌ترین ابزارهای شما هستند.

☆ نکته طلایی

اگر فقط همین ده اصل را به یاد بسپارید و به‌کار ببندید، در مسیر ساختن یک رابطه سالم و یک سگ خوش‌رفتار، گام‌های بلندی برداشته‌اید. به این مسیر، با مهربانی ادامه دهید.

سفر ادامه دارد

تربیت سگ، سفری است بر پایه مهربانی، صبر و احترام متقابل.
این کتاب شما را گام به گام، از شناخت سگ تا حل مشکلات رفتاری
و یک برنامه عملی همراهی می‌کند.
با عشق، برای شما و همدم چهارپایتان.

