



## Pelkokäyttäytyminen

Pelkokäyttäytyminen tarkoittaa, että koira säikähtää, pelästyy tai pelkää jotakin ja pelko näkyy koiran käyttäytymisessä. Koira saattaa tilanteesta riippuen väistellä, vältellä tai kiertää pelon lähdeä, liikkua matalana tai singahtaa nopeasti pois päin. Koira saattaa myös haukkua tai hyökätä kohti pelon lähdeä. Koira saattaa myös jähmettyä paikoilleen. Koirien elekieli ja käyttäytyminen pelkotilanteessa vaihtelee koiran persoonan, ominaisuuksien ja tilanteen sekä pelon lähteen ja pelon voimakkuuden mukaan. Lievästi säikähtänyt koira saattaa pienen hätkähdyksen tai väistön jälkeen päästä asiasta yli nopeasti tilanteesta pois päästyään. Voimakkaasti säikähtäneeltä tai pelkäävältä koiralta voi viedä pidempään palautua tilanteesta, vaikka itse tilanne olisi jo päättynyt. On hyvin koirakohtaista miten koirat käyttäytyvät pelätessään ja minkälaisia asioita ne saattavat pelätä.

Koirat voivat säikähtää, pelästyä tai pelätä monenlaisia asioita ja joissakin tilanteissa pelot voivat tuntua ihmisistä epäloogisilta tai erikoisilta. Pelkokäyttäytymisen yhteydessä tulee aina muistaa, että koira havaitsee ja kokee maailmaa usein hieman eri tavalla kuin ihminen; koira kuulee laajemmin eri taajuuksia kuin ihminen, näkee värejä ihmistä heikommin ja toisaalta pimeässä liikkeitä ihmistä paremmin, tuntee asioita tassujensa ja koko kehonsa kautta sekä haistaa ja erottelee hajuja äärimmäisen paljon tarkemmin ja voimakkaammin kuin ihminen. Koira elää monissa tilanteissa hieman eri aistimaailmassa kuin ihminen. Pelkokäyttäytymisestä hankalan aiheen tekee myös se, että koirat yleistävät herkästi pelon piiriin lisää samankaltaisia asioita ja pelot vahvistuvat ja lisääntyvät hiljalleen, mikäli niitä ei pian lähdetä ratkomaan koulutuksen keinoin pienemmiksi. Jos koira on joskus säikähtänyt esimerkiksi läheltä lentänyttä lentokonetta tai kovaa pamausta voi koira alkaa pian pelkäämään myös yllättäen yli lentäviä isompia lintuja tai pienempiäkin kolauksia ja niin edelleen.

Pelkokäytösten yhteydessä pelot voidaan karkeasti jakaa kahteen kategoriaan:

- äänipelot
- muut pelonlähteet

Äänipelko on pelkoa ääniä kohtaan; pamausten, töminän, kovien äänien tai muiden äänien pelkäämistä. Koira kuulee matalampia ja korkeampia äänitaajuuksia kuin ihminen ja siksi äänipelkoa ei aina ole helppo ymmärtää. Koira saattaa kuulla äänen ja pelätä sitä ilman, että omistaja kuulee ääntä vielä lainkaan. Äänipelko voi syntyä esimerkiksi säikähdysten tai trauman seurauksena tai olla myös synnynnäistä geneettistä äänipelkoa. Geneettinen

äänipelko on havaittavissa yleensä jo pennusta tai nuoresta iästä lähtien ja geneettinen äänipelko on usein taipuvainen pahenemaan koiran vanhetessa. Säikähdyksestä syntynyt äänipelko voi myös voimistua ja laajentua ajan kanssa, mutta traumaan pohjautuvaa äänipelkoa on hieman helpompi lähteä siedättämään pois, sillä koira ei alunperin ole pelännyt ääniä eikä sillä välttämättä ole geneettistä alttiutta äänipelkoon.

Muita pelkoja ovat esimerkiksi jonkin asian tai esineen säikähtäminen tai pelkääminen. Koirayksilöstä ja koiran tyylistä riippuen voi pelätä joitakin asioita sisäsyntyisesti tai pelko saattaa kehittyä säikähdyksen tai trauman seurauksena. Johonkin havaittavaan kohteeseen liittyvää pelkoa on mahdollista työstää hieman helpommin kuin esimerkiksi äänipelkoa, sillä näkyvään kohteeseen liittyvää pelkoa on helpompi säädellä esimerkiksi suunnitelmallisuudella ja etäisyydellä. Esimerkiksi esineisiin, ihmisiin, toisiin eläimiin tai pimeään liittyvää pelkoa on mahdollista ennakoida ja hallita, mikä antaa lisää työkaluja harjoitteluun.

Pelkokäyttäytymisen työkalut:

- **Siedätys:** koira altistetaan suunnitelmallisesti ja asteittain pelonlähteelle siten, että harjoittelu aloitetaan pelottomasta, rennosta tilanteesta ja harjoittelu etenee koiran sietokyvyn mukaan hiljalleen kohti todellista pelkotilannetta niin, että koiran sietokyky ei missään kohtaa ylitä vaan koira hiljalleen siedättyy tilanteeseen eikä pelkää enää tai kestää tilanteita paremmin
- **Toiminnan kautta siedättäminen:** edetään kuten siedätyksessä, mutta koiralle tarjotaan mahdollisuus mukavaan tehtävään tai tekemiseen, jolloin tehtävien tekeminen säilyttää koiran toimintakyvyn ja tehtävien kautta koira siedättyy tilanteeseen eikä pelkää enää tai kestää tilanteita paremmin
- **Vastaehdollistaminen:** nimensä mukaisesti pelon lähteeseen liitetään uusi, parempi merkitys ja tunnetila pelkoa vastaan tuottamalla koiralle toistuvasti ja runsaasti mukavampia, iloisia asioita ja palkkioita tilanteessa, jolloin paremmat palkitsemiskokemukset vähentävät pelkoa ja syy pelkokäytökselle poistuu hiljalleen eikä koira pelkää enää tai koira kestää tilanteita paremmin.

## Tukiharjoituksia pelkokäyttäytymiseen

### 1. Koiran itseluottamuksen lisääminen, rohkeusharjoitukset

Aseta lattialle tai maahan jokin uusi esine, kuten lasten koroke, tuoli makaamaan kyljelleen, pressu, banaanilaatikko tai tyhjä muovipullo. Tarkoitus on, että koira saa tutustua asiaan oma-aloitteisesti ja tarjota jotain omavalintaista käyttäytymistä uuden esineen kanssa. Älä ohjaa koira, vaan odota, että koira itse tekee kaikki aloitteet. Naksauta ja palkitse koira aina, kun se tarjoaa esimerkiksi tassun noston esineen päälle, haistelee esinettä, kiertää esinettä tai menee esineen päälle tai kaataa sen. Tarjoile palkkiot pois päin esineestä koira kohti, älä houkuttele palkkioilla koira yhtään esinettä kohti. Harjoituksen tavoite ei ole se, että koira tekisi jonkin hienon tempun esineellä, vaan että koira oppii itse olemaan aktiivinen esineellä omien kykyjensä mukaan ilman omistajan ohjausta ja saa tästä palkkioita. Harjoitus kasvattaa koiran oma-aloitteisuutta ja itseluottamusta. Harjoitusta voi jatkaa ja

vaikeuttaa keksimällä hiljalleen mitä erilaisempia esineitä; rapisevia, upottavia, kolisevia asioita tai siirtämällä harjoitukset ulos arki-elämään; anna koiran itse tarjota kivelle kiipeämistä, roskapöntön koskemista, tolpan kiertämistä, frisbeegof-maalin tutkimista, puuhun ripustetun heiluvan esineen tutkimista jne. Anna koiran oivaltaa ja pidä huoli, ettei koira pääse säikähtämään harjoituksissa!

## **2. Epäilyttävän asian kohtaaminen**

Voit harjoitella tätä lavastaen harjoituskohteen (esim. pressu pienen kuusen päällä, takki roikkumassa tikkailla tms.) tai jos vastaasi arkielämässä koiran kanssa tulee jokin asia, esine, henkilö tai eläin, joka epäilyttää koira. Mutta vain, mikäli koiran toimintakyky ja syöminen pysyy yllä eikä se pelkää liikaa. Jos koira näyttää hieman väistelevältä ja syö palkkioita yhä, voit harjoitella. Jos koira lopettaa syömisen ja pelko voimistuu ja koira alkaa pyrkiä pois tai hyökkäillä, päätä harjoitus.

Kun huomaat koiran huomaavan jotain epäilyttävää, pysähtykää tilanteeseen ja naksuttele ja palkitse sitä, kun koira katsoo epäilyttävää asiaa. Koira voi seisahtua paikoilleen tai kiertää kohdetta. Kulje koiran rinnalla sen mukana ja naksuta ja palkitse tiheästi sitä, että koira yrittää selvittää itse tilannetta. Sinun kannattaa kuitenkin enemmän jarrutella koiran etenemistä ja vahvistaa sivuttaista kiertämistä kuin suoraan kohti menemistä, jottei koira säikähdä tai pelästy liikaa. Älä yritä ohjata koira kohti asiaa tai tutustumaan siihen, vaan palkitse tiheästi koiran oma-aloitteisuutta ja asian rauhassa katsomista. Pysy koiran rinnalla, älä mene koiran edelle, ettet vahingossa houkuttele. Jos epäilyttävä asia on eloton esine tai tuttu ihminen tai koira, jota voi mennä lopuksi tervehtimään, voit antaa koiran lopulta mennä kohteen luokse mikäli koira haluaa ja pystyy pelottomasti tervehtimään kohteen.

Harjoituksen tarkoitus on vahvistaa koiralle palkkioin epäilyttävän tai uuden asian katsomista ja liittää tilanteeseen mukava kokemus palkkioiden kautta. Harjoitus tulee tehdä kiireettömästi ja täysin koiran ehdoilla. Omistaja on harjoituksessa mukana palkitsijana ja koiran oma-aloitteisen selvittelyn vahvistajana, ei koiran ohjaajana. Harjoituksen lavastaminen ja toistaminen lisää koiralle itsenäisen päättelyn kykyä, rohkeutta kohdata asiat omaan tahtiin ja tarjoaa herkullisen makuisia kokemuksia alkuun epäilyttävistä asioista.