kutyaegyetem

Nora Borodziej
Certified Dog Behavior Consultant
nora@kutyaegyetem.hu
06-70-56-22-656

Szeparációs zavarok tréning tájékoztató

Röviden összefoglalva:

1. **A szeparációs zavar** azt jelenti, hogy a kutyád nagyon rosszul érzi magát, amikor elmész otthonról. Ennek sok különböző tünete lehet, az ugatástól kezdve egészen az öncsonkításig.
2. **Fokozatosan segítünk a kutyádnak jól éreznie magát, amikor otthon marad egyedül.** Megnézzük, hogy mi a kiindulási állapota és onnan lépésről lépésre felépítjük a gyakorlást: lehet, hogy azzal kezdünk, hogy felveszed a kabátodat és elsétálsz az ajtóhoz, vagy kilépsz az ajtón, becsukod zárás nélkül és rögtön vissza is jössz.
3. **Az egész tréning folyamat online zajlik.** Két eszközre lesz szükséged ahhoz, hogy figyelhesd a kutyádat, amikor egyedül marad - egy eszköz, ami őt veszi, és egy másik, amin nézed. A legtöbb ember egy webkamerát és egy telefont használ erre, vagy laptopot/tabletet.
4. **A tréning személyre szabott.** A munka során a tréning naplót fogjuk használni arra, hogy kövessük a haladást és biztosítsuk azt, hogy a tréning valóban megfelel neked és a kutyádnak. A tréning naplókat frissítem minden tréning alkalom előtt.
5. **Ha szeretnél változást elérni, hetente 2-4 tréning alkalommal számolj** (a pontos szám a helyzettől függ). Eleinte a tréning alkalmak 20-30 percesek.
6. A tréning alkalmakon kívül **NE HAGYD EGYEDÜL a kutyádat.** SOHA. Szívesen segítek átgondolni ennek a logisztikáját.
7. **A tréning addig tart, ameddig tart.** Vannak kutyák, akik pár hónap alatt végigmennek a folyamaton, másoknak több mint egy évre van szükségük, néha még többre is. Az időtartam attól is függ, hogy milyen célokat tűztél ki: 2, 4, vagy teljes 8 órát szeretnéd, hogy egyedül töltsön a kutya.

Minden, amit tudnod kell a szeparációs zavarok terápiájáról

Mi a szeparációs szorongás?

Szeparációs szorongás esetén **a kutya extrém módon szorong vagy stresszel, amikor egyedül marad.** Emiatt lehet, hogy különböző nemkívánatos viselkedéseket fog mutatni, mint pl. túlzott ugatás, rombolás, pisilés/kakilás bent, menekülési kísérletek. A megfelelő kezelés elengedhetetlen ahhoz, hogy kutyád jobban érezze magát, amikor nem vagy otthon.

IAABC INTERNATIONAL ASSOCIATION OF ANIMAL BEHAVIOR CONSULTANTS CERTIFIED

Fear Free™ Leaders in Animal Wellbeing

kutyaegyetem

Nora Borodziej
Certified Dog Behavior Consultant
nora@kutyaegyetem.hu
06-70-56-22-656

Mi a szisztematikus deszenzitizálás?

A szisztematikus deszenzitizálás során a kutyádat lassan, fokozatosan szoktatjuk ahhoz, hogy egyedül marad, rövid alkalmakkal kezdve, kontrollált körülmények között. A célunk az, hogy a kutya egyre kevésbé érzékenyen reagáljon azokra a ingerekre, amik kiváltják belőke a szorongást. Idővel egyre jobban lesz képes megbirkózni velük.
Ahogy a kutyád javul, fokozatosan növelni fogjuk az egyedüllét időtartamát és a nehézségi szintet. Ez a hozzáállás segít csökkenteni a félelmet és bizalmat épít az egyedül maradással kapcsolatban.

A tréning kizárólag online zajlik

Szeparációs zavarok esetén **a tréner személyes jelenléte nem csak szükségtelen, hanem kontraproduktív is.** A munkánk során elsősorban a tréning naplón keresztül fogunk kommunikálni, ezen túl lesz havi egy kontroll alkalmunk Google Meeten.

Személyre szabott tréning naplók

A munkánk során személyre szabott tréning naplóval fogunk dolgozni, ami figyelembe veszi a kutyád haladását és a szükségleiteket. **A naplóban találod az aktuális feladatsort, a heti tréning céljait és ott fogjuk követni az eredményeket.** Ott tudod majd feltenni az esetleges kérdéseket is.
Minden új tréning alkalom előtt megírom neked a következő feladatsort, nem leszel magadra hagyva a tréninggel. Így a tréning fókuszált és hatékony marad.

Mennyi időt kell szánni a tréningre?

Ha hatékonyan szeretnél dolgozni, a kezdetekben 30 perces időbefektetéssel számolj hetente 2-4 alkalommal. A következetesség az, ami előre viszi a tréninget, ezért a rendszeres gyakorlás elengedhetetlen. Minden alkalomra pontos feladatokat kapsz, amik segítenek fokozatosan csökkenteni a szorongást a kutyádban. Minél rendszeresebben gyakorolsz, annál gyorsabban fogja a kutyád elkezdeni jobban érezni magát, amikor egyedül marad.

NEM HAGYHATOD EGYEDÜL a kutyád

A közös munkánk során nem szabad egyedül hagynod a kutyád egy fél percre sem, a tréning alkalmakon kívül. **Kulcsfontosságú az, hogy a kutyád ne maradjon egyedül,**

Nora Borodziej
Certified Dog Behavior Consultant
nora@kutyaegyetem.hu
06-70-56-22-656

hogy megelőzzük visszaeséseket és az újratraumatizálódást! A tréning akkor lesz sikeres, ha követed a tréning lépéseket és felügyeletet biztosítasz a kutyádnak, amikor el kell menned otthonról. Ahogy haladunk a tréninggel, fokozatosan egyre hosszabb időre hagyhatod majd magára - de csakis a megbeszéltek szerint.

Mennyi ideig fog tartani a tréning?

A tréning folyamat minden kutyánál más és más. **Szeparációs zavarok esetén a tréning hossza nem feltétlenül függ a tünetek kezdeti súlyosságától, és a kezelés gyakran több hónapig tart. Vannak kutyák, akik gyorsabban javulnak, de sok esetben folyamatos támogatás szükség hosszú ideig.** A következetes, rendszeres tréning és a türelem elengedhetetlen, ha tartós változást szeretnénk elérni.

Árak

Állapotfelmérés: 25.000 Ft / 90 perc

- viselkedés kiértékelése a kérdőív alapján
- szituációs próbák
- személyre szabott tréning terv

4 hét felügyelt tréning: 35.000 Ft

- heti 2-4 gyakorlás, személyre szabott tréning naplóval
- egy 45 perces kontroll Google Meeten
- 6 hétig érvényes (arra az esetre, ha kimarad egy hét pl. szabadság vagy betegség miatt)

Gyors 15 perces kontroll: 4.500 Ft