

# NY VIDEN OM Stress



Vær opmærksom på din hunds tegn på eventuel stress.

**Tekst:** Henrik Vestergaard Hove-Nielsen, jagthundekonsulent

**Foto:** Flemming Højer, Danmarks Jægerforbund

**HUND:** Gennem det seneste årti har der været en stor udvikling i uddannelse og træning af hund inden for alle organisationer, og her tænker jeg ikke kun på vores egne jagthunde. Denne udvikling har været fantastisk spændende at følge og har haft en positiv indflydelse på den træning, som er baseret på den viden, vi har fået, blandt andet om hundehjernens opbygning.

Med udviklingen er der også kommet meget ny og spændende litteratur og ikke mindst mange dygtige og veluddannede hundetrænere, adfærdskonsulenter, terapeuter m.m. Der er ingen tvivl om, at vi kan lære, så længe vi lever, og er vi af en anden opfattelse, bør vi overveje, om vi skal fortsætte. Det er også vigtigt i den forbindelse at holde fast i, at vi skal tage imod så me-

get, som der er plads til i "rygsækken", og bruge den viden, som vi putter i den, som det nu passer ind i vores uddannelse af hunden.

Rigtig meget af den nye viden bliver i dag skrevet og forklaret på et akademisk højt niveau, og derfor er det vigtigt, at vi som hundeførere er i stand til at håndtere denne viden på et niveau, så det bliver mere forståeligt og håndgribeligt. Vi skal som hundeførere og ikke mindst som instruktører være opmærksomme på at følge med udviklingen i samfundet, og heldigvis er der blandt de kommende generationer en tendens til at sætte spørgsmålstegn ved det, de hører og ser. Dette er positivt, men samtidig stiller det også stadigt større krav specielt til instruktørerne.

## Din hund har stress

Stress er alt andet end nyt, men heldigvis har der været øget fokus på emnet i de seneste år. Stress er et af de emner, som naturligt kan være svært at forstå, da det tager sit udspring i en fysisk tilstand i hunden. Derfor er det vigtigt at forstå, hvad stress er, og vurdere, om hunden har stress, men vigtigst af alt være i stand til at afhjælpe problemet.

Vi må aldrig forfalde til at bruge "stress" som en undskyldning for hundens adfærd, men i stedet skal vi forsøge at finde stressudløseren og løse problemet.

## Definition

Stress opstår ved en større eller mindre ydre eller indre forandring, som

kræver, at hunden tilpasser og mobiliserer sine kræfter på at klare den ændrede situation.

Med andre ord er stress ikke noget, vi som hundeførere som sådan kan kontrollere, idet den opstår, når situationen kræver det. Men vi kan efter bedste evne tilstræbe, at jagthunden ikke ofte bliver sat i en situation, hvor stress bliver negativt. Dermed også sagt, at stress kan være både positivt og negativt.

Positiv stress opstår oftest i forbindelse med en ny og spændende situation/arbejdsopgave. Vi kender det fra os selv, hvor nyt job, eksamen, MUS-samtale og meget mere får adrenalin til at arbejde i kroppen. På fuldstændig lige fod med os mennesker afhænger mængden af adrenalin af, hvordan den enkelte hund oplever situationen, og ligesom hos vi mennesker kan opfattelsen af situationen være meget forskellig fra hund til hund. Men vigtigst er, at vi som hundeførere forholder os til, at stress opstår i større eller mindre grad i vores hunde, hvilket har en positiv indflydelse, så hunden optimalt tilpasser sig den situation, den er i.

Negativ stress opstår, når hunden kommer i en situation, enkeltstående eller gentagne gange, hvor den udvikler stoffet kortisol. Kortisol er skadeligt, når det frigives for ofte og for længe. Udløseren til negativ stress kan være vidt forskellig, men det er af altafgørende betydning, at negativ stress ikke kan trænes væk ved at straffe hunden i adfærden.

Negativ stress løses ved at finde stressudløseren, og enten ved tilvæning til problemet og positiv træning i forbindelse med problemet (hvis hunden eksempelvis er skudrød) eller ved helt at fjerne stressudløseren (overdrevet leg med pind – fjern pinden) løses problemet.

### Tegn på stress

Stress er som tidligere nævnt en fysisk tilstand. Stresshormonet udvikles og sendes rundt i kroppen via blodet, hjertet slår hurtigere, lungerne arbejder hårdere, fedtdepoterne afgiver mere fedt i blodet, og blodet sendes hurtigere og kraftigere ud i musklerne, som derved også påvirkes.

Der er mange forskellige måder, hvorpå stress kommer til udtryk, men der findes dog på grund af den fysiske tilstand nogle signaler, som kan være forbundet med negativ stress. Det skal

vi som instruktører være opmærksomme på.

### Adfærd

Overreaktion: Hvis hunden reagerer på en måde, der ikke er i proportion med hændelsen, kan det være et af flere tegn på stress.

Eksempel: Når hunden møder ejeren eller andre hunde, vil hilseadfærd, herunder snusen, og eventuelt at løfte ben være en naturlig adfærd for hunden. Hvis dette foregår i overdrevet hurtigt tempo, kan det være forbundet med stress.

Overaktivitet: En hund, der typisk er overaktiv, kan være stresset, dog skal vi som instruktører være opmærksomme på racespecifikke forskelle, hvor aktivitetsniveauet er forskelligt.

Eksempel: En hund, der konstant aktiverer sig selv, uden der er noget, der kan udløse det, og som har svært ved at koble af. Hvis den bliver bedt om at holde sig i ro, piber eller gør den og har tilsyneladende altid travlt.

Ingen selvkontrol: En hund, der ikke kan vente, og herigennem udviser høj aktivitet.

Eksempel: En hund, som overdrevet hurtigt skynder sig til døren, hvis man siger, den skal luftes, hvilket oftest følges op af piben og gøen. Hvis man stiller hunden en opgave, kaster den sig ofte uovervejende ud i opgaven uden selvkontrol og mister derfor løsningen (ses i forbindelse med søg, hvor hunden løber rundt længe uden at søge og uden evnen til at kontrollere sig selv i den stillede opgave).

### Fysisk

I kombination med ovennævnte har hunden oftest nogle fysiske symptomer, som tilsammen med adfærden indikerer stress. Disse fysiske symptomer er typisk tynd mave, spiser græs, maveknurren, drikker meget vand, drømmer mere end normalt, tisser og besørger mere end normalt og mere end gennemsnittet for den enkelte race.

### Problemløsning

Som nævnt tidligere, hvis man vurderer, at hunden har stress, kan problemet enten løses ved at fjerne stressudløseren eller ved positiv træning at lave tilvæning til stressudløseren.

Mange gange ses stress i forbindelse med overdreven leg. Eksempelvis har jeg for nylig oplevet en hund, som tydeligt udviste stress. Ved en dialog

blev det konstateret, at hunden drømte mere end normalt, og når ejeren kom til den om morgenen, overreagerede den og havde ikke tid til at hilse, snuse, tisse m.m. Når døren blev åbnet, løb hunden direkte om i haven og tog et nedfaldent æble, som den straks begyndte at lege med. Dette blev hurtigt og på eget initiativ erstattet med et nyt osv. Jeg bad vedkommende om at fjerne stressudløseren, æblerne, og efter få dage var der en væsentligt ændret adfærd fra hundens side. Dette fik hurtigt en positiv effekt i forbindelse med den daglige uddannelse.

Stress ses også i forbindelse med skudræthed, som kan være opstået ved længere påvirkning af negativ stress, altså eksempelvis en hund, som tydeligt er negativt påvirket på jagt ved skud, men som ikke bliver fjernet fra situationen eller ved en for hunden pludselig opstået situation. Skudræthed er for enhver jagthundeejer det værst tænkelige.

Stress ved skudræthed kan afhjælpes, men det kræver tid og opmærksomhed fra hundeføreren. Ligesom vi mennesker kan ændre en oplevelse af en stressende situation ved at tænke positivt, ligeså kan vi ændre den til noget positivt for hunden. I en kombination af langsom tilvæning og en positiv oplevelse (eksempelvis ved at lade hunden apportere, mens vi nærmer os skydebanen) kan vi ændre hundens evne til at beherske stressen i situationen.

### Forebyggelse er bedre end helbredelse

Om vi kan forebygge stress i hunden, afhænger helt af den enkelte hund, men der er ikke tvivl om, at hunde med en god selvfølelse og egenkontrol er bedre til at håndtere stresssituationer end hunde, der ikke besidder førnævnte. God selvfølelse og egenkontrol hænger nøje sammen med et godt forhold mellem hund og fører, som igen hænger sammen med kærlighed – krav – og konsekvens. Endvidere har restituering stor betydning, når hunden har været stresspåvirket. Derfor har det afgørende betydning for hunden, at den får muligheden for hvile, ikke blot ved at sove om natten, men også i forbindelse med den daglige træning, hvor pauser – korte eller lange – har en positiv effekt mod udvikling af stress.

*hvh@jaegerne.dk*