



DI LUDOVICA PIERANTONI*

*Medico veterinario, dipl. Ecawbm, specialista in Etologia applicata e benessere degli animali, master in medicina comportamentale, resp. Can ssdrl Napoli

Mai lasciarli soli CON LE LORO PAURE



Quando un cane teme qualcosa può selezionare diverse risposte comportamentali, scegliendo di fuggire, immobilizzarsi o selezionando un comportamento aggressivo. Spetta a noi prevenire il tutto, anche in base al loro linguaggio del corpo, e aiutarli

La paura è un'emozione generata in risposta a stimoli o situazioni che l'individuo percepisce come potenzialmente pericolosi. Si tratta di una risposta adattativa, vale a dire un meccanismo grazie al quale l'individuo riesce a proteggersi, superare l'evento e sopravvivere grazie a un'adeguata risposta comportamentale. **Tanti fattori possono influenzare la comparsa di paure** così come le risposte che ogni individuo selezionerà: **la genetica, le esperienze compiute durante lo sviluppo, eventuali esperienze traumatiche, la personalità del soggetto, il contesto.** Quando un cane ha paura può selezionare diverse risposte comportamentali, scegliendo di fuggire, immobilizzarsi o selezionando un comportamento aggressivo.

L'aspetto esteriore di un animale che ha paura dipende da quale risposta l'individuo ha selezionato, ma in linea di massima si può notare come **la postura sia bassa, la coda tenuta bassa o tra le zampe, le orecchie schiacciate all'indietro, le pupille dilatate.** Se il cane mostra una risposta aggressiva può ringhiare, balzare in avanti, abbaiare o pizzicare. La paura fa parte della vita, tutti hanno paura di qualcosa e non esistono stimoli di per sé terrifici. Ma **tutto può determinare paura** a seconda della percezione altamente soggettiva che ogni individuo ha di un determinato stimolo.

QUANDO PUÒ DIVENTARE UN PROBLEMA?

Le risposte di paura possono diventare problematiche quando manifestate in seguito a troppi stimoli, **se il cane presagisce costantemente situazioni negative, può sviluppare forme di ansia.** È problematica una risposta di paura incompatibile rispetto al contesto in cui l'individuo vive, le risposte aggressive, per esempio, possono essere considerate normali reazioni alla paura che rappresentano, però, un grave problema se espresse in contesti sociali urbani. **La risposta di paura diventa problematica se è eccessiva, troppo intensa e duratura,** se permane anche al termine dell'evento e non permette all'animale di ritrovare rapidamente uno stato di equilibrio emozionale. Se siete proprietari di un cane pauroso probabilmente avete ricevuto o letto i

consigli più disparati. **Qualcuno vi avrà suggerito di forzare il cane a fronteggiare l'evento, qualcuno, invece, vi avrà detto di evitare l'evento,** di sgridare il cane, di fargli capire che voi siete il leader -e se non avete paura voi allora non deve averla neppure lui- di ignorarlo, di allontanarlo... senza, naturalmente, considerare tutti i metodi "palesamente" violenti, quali le punizioni fisiche o i collari a strozzo.

AUMENTARE IL SENSO DI SICUREZZA

Cosa possiamo fare per aiutarli? Innanzitutto **i cani paurosi o insicuri devono avere sempre la sensazione di poter controllare ciò che li circonda ed evitare, se lo desiderano, ciò che li spaventa.** Questo può comportare delle modifiche ambientali, nella routine

o nell'interazione con il cane, che appaiono ad alcuni proprietari molto complesse. Purtroppo, **aiutare un cane pauroso è sicuramente complesso,** le paure possano generalizzare o diventare sempre più intense.

Il primo punto è, quindi, evitare che il cane venga esposto agli stimoli specifici, evitando sistematicamente le situazioni critiche (soprattutto quando si

tratta di interazioni sociali). Aiutare il proprio cane a sentirsi sicuro significa proteggerlo. **Se il cane presenta reazioni di paura in casa, create un nascondiglio, magari insonorizzato, dove possa rilassarsi.** Se è la vista di qualcosa fuori a preoccuparlo, oscurate i balconi o impedite al cane l'accesso alle finestre. **Se il cane ha paura di camminare per strada, portatelo fuori in orari tranquilli** o prendete la macchina per spostarvi in un posto dove la passeggiata possa essere piacevole. Se ha paura delle persone, impedite agli estranei di interagire con il vostro cane. Ci sono tante cose che il proprietario può fare e la scelta sulla modalità di intervento deve sempre basarsi sulla scelta del cane.

COSA FA UN CANE QUANDO HA PAURA?

Scappa? Allora permettetegli sempre di trovare una via di fuga. **Si nasconde? Allora creategli il miglior nascondiglio possibile** e insegnate al cane a usarlo in momenti in cui non ci siano stimoli che lo spaventano. Chiede le vostre attenzioni? Allora dategliele.

COSA FA IL CANE QUANDO HA PAURA?

Scappa? Allora permettergli sempre di trovare una via di fuga.

Si nasconde? Allora creargli il miglior nascondiglio possibile e insegnate al cane a usarlo in momenti in cui non ci siano stimoli che lo spaventano.

Chiede le nostre attenzioni? Allora diamogliele.



DOBBIAMO PROTEGGERLO:

Se il cane presenta reazioni di paura in casa: creare un nascondiglio, magari insonorizzato, dove possa rilassarsi.

Se è la vista di qualcosa fuori a preoccuparlo: oscurare i balconi o impedite al cane l'accesso alle finestre.

Se il cane ha paura di camminare per strada: portarlo fuori in orari tranquilli o prendere l'auto per spostarsi in un posto piacevole.

Se ha paura delle persone: impedire agli estranei di interagire col nostro cane.

apprendere e rilassarsi. L'unica cosa da fare è allontanarsi da quella situazione il più rapidamente possibile. Quindi, **non costringete il cane ad accettare cibo da estranei o ad essere accarezzato se ha paura delle persone**, non costringetelo a uscire da un nascondiglio, non prendetelo in braccio se vuole scappare, non impedito al cane l'accesso alle vie di fuga, non esponetelo mai in maniera incontrollata alle cose che lo spaventano. Quando un cane ha davvero paura, la semplice esposizione agli stimoli non permetterà al quattro zampe di abituarsi, ma potrebbe, al contrario, portare a un peggioramento nel tempo della risposta emotiva.

DIVERTIMENTO ANTISTRESS

Tutti i cani hanno bisogno quotidianamente di poter esprimere i comportamenti tipici della loro specie. **Più il cane passerà tempo divertendosi, meno potrà annoiarsi e stressarsi.** Il gioco, le attività piacevoli trascorse insieme e l'arricchimento ambientale permetteranno di rafforzare la relazione cane-proprietario facendo in modo che il proprietario diventi sempre più un punto di riferimento e, inoltre, permetteranno di ottenere un **incremento dei neurotrasmettitori cerebrali associati al benessere riducendo contemporaneamente gli effetti dell'ormone dello stress.** Dare al cane pauroso il maggior numero possibile di opportunità di **esplorare, correre, rosicchiare, scavare, tirare, giocare e annusare**, avrà effetti incredibilmente benefici sulla sicurezza in sé e sulla sua autostima.

Il consiglio:

Dare al cane pauroso il maggior numero possibile di opportunità di esplorare, correre, rosicchiare, scavare, tirare, giocare e annusare, avrà effetti incredibilmente benefici sulla sicurezza in sé e sulla sua autostima.

NON IGNORARLI QUANDO HANNO PAURA

Troppo spesso si sente ripetere, anche da tecnici del settore cinofilo, di "ignorare" i cani quando hanno paura, perché altrimenti si rischia di aumentare la paura.

La paura è un'emozione e le emozioni non si rinforzano, non sono soggette ai principi dello "stimolo-risposta". Ignorare un cane che ha paura significa solo annullare l'empatia che è alla base della relazione cane-proprietario. Significa costringere il proprietario a comportarsi in modo "innaturale" e, contemporaneamente, significa solo peggiorare lo stato emotivo del

cane. Nessuno di noi, in una situazione critica, gradirebbe essere ignorato. **Una rassicurazione, una carezza, una distrazione, quando possibile, aiutano i cani a migliorare il loro stato emotivo.** Se il cane abbaia quando ha paura di qualcosa e il proprietario interviene rassicurandolo o anche dandogli qualcosa che possa piacerli, non determinerà un peggioramento della componente emotiva. L'unico aspetto che potrebbe essere rinforzato è il comportamento: per esempio, l'abbaio. Ma, dal momento che il comportamento è conseguente allo stato emotivo del soggetto, migliorando la percezio-

ne che il cane ha dello stimolo, si modificherà, naturalmente, anche il comportamento.

NON OBBLIGARE IL CANE AD AVVICINARSI ALLO STIMOLO CHE TEME

La paura può elicitarne un comportamento aggressivo ed è, di conseguenza, **molto rischioso costringere un cane ad avvicinarsi allo stimolo che lo spaventa** usando, per esempio, un'esca in cibo. In vicinanza dello stimolo il cane si trova in una "zona rossa", dove lo stress è troppo forte ed è **impossibile per il cane**

CAMBIARE LA RISPOSTA EMOTIVA

La parte più tecnica del protocollo prevede il lavoro sulla risposta emotiva del soggetto. L'obiettivo è cambiare la percezione che il cane ha dello stimolo che lo spaventa, **facendo progressivamente in modo che venga associato a condizioni piacevoli.** Per cominciare è necessario identificare gli stimoli scatenanti e la soglia di reazione e, con l'aiuto di un veterinario comportamentista e di un istruttore cinofilo, sarà possibile, in tempi più o meno lunghi, migliorare enormemente la qualità di vita del proprio beniamino.