

# OBSAH

## ÚVOD 6

## ČÁST 1 – DEFINICE A SYMPTOMY 8

Je váš pes hyperaktivní?	9
Typické příznaky živějších/hyperaktivních psů	11
Následné problémy	15
Různé pojmy pro totéž: hyperaktivita, hyperkinéza nebo ADHD?	16

## ČÁST 2 – PŘÍČINY 19

<b>Vnitřní procesy: tak fungují hyperaktivní psi</b>	20
Je snad všechno stres?!	20
Spočívá chyba v hlavě psa?	22
<b>Příčiny v životě psa: Důvod není nikdy jen jeden!</b>	27
<b>Dispozice</b>	28
Existují hyperaktivní plemena?	29
<b>Podmínky růstu a dospívání</b>	31
Předporodní příčiny	31
Raná výchova	31
Velké dobrodružství – přechod do nového domova	35
Teenager na čtyřech tlapkách: Jsou všichni hyperaktivní?	36
<b>Životní podmínky a výchova</b>	40
Tělesná onemocnění: Může pomoci veterinář	40
Hyperaktivitu vyvolávají životní okolnosti	41
Přehled příčin hyperaktivity	50





## ČÁST 3 – TERAPIE PŘI HYPERAKTIVITĚ

51

Je vůbec možné vyléčení?	52
Cíle terapie	53
Veterinární vyšetření	53
Správné znalosti: Nejdřív se učí člověk!	53
Nevhodná opatření	56
Koktejl opatření	57
Koktejl opatření: Tady jsou přísady	58
Trénink přežití: Jak přestát všední den s hyperaktivními psy	59
Krok 1: Seznam	59
Krok 2: Management	61
Krok 3: Návčik obtížných situací	64
Stresový management	66
Plnění typických psích potřeb	66
Bezpečí	68
Klid/spánek	68
Duševní a tělesné zaměstnání	69
Sociální kontakty	70
Senzorická dieta	70
Uvolnění	72
Spánek a sny	72
Kontaktní ležení	72
Žvýkání	72
Opatření pro okamžité zredukování vzrušení	73
Žrádlo	73
Zachraňte svého psa!	73
Vyhledání bezpečného místa	73
Naučené uvolňovací techniky	73

<b>Důležité nástroje</b>	<b>74</b>
<b>Základní pokyny pro používání nástrojů</b>	<b>74</b>
Silné vjemy: Efekt bodnutí komárem	74
Srozumitelnost uklidňuje!	74
Ke srozumitelnosti přispívají markery	75
Ke srozumitelnosti přispívá důslednost	75
Seznam odměn: Je třeba vědět, co účinkuje	76
<b>Bedna s nástroji</b>	<b>76</b>
Podpora klidu	76
Uvolnění se dá nacvičit!	77
„Terapie mazlením“: Dotyky a masáže	84
Uvědomělá práce s tělem	86
Výcvik, výcvik, výcvik – ale jak?	89
Integrovaná poslušnost aneb „Psi potřebují pravidla“	90
Fokusová cvičení	92
Jiná zaměstnání: Běhat, běhat, běhat	97
Desenzibilizace neboli „socializace“ pro dospělé	98
Výcvik na zvýšení tolerance vůči frustraci	100
Zlepšování kontroly impulzů	101
<b>Jak se z „koktejlu“ stane výcvikový plán</b>	<b>103</b>

## PŘÍLOHY

104

<b>Příloha A – Příklady náročných situací a podněty k jejich řešení</b>	<b>104</b>
<b>Příloha B – Užitečné signály a povely pro hyperaktivní psy</b>	<b>130</b>
<b>Příloha C – Hyperaktivní pes při výcviku</b>	<b>152</b>
<b>Příloha D – Výživa a léky</b>	<b>162</b>
<b>Příloha E – Prevence při výcviku a ve školce pro štěňata</b>	<b>165</b>
<b>Příloha F – Zdroje a doporučená literatura</b>	<b>169</b>

