

犬も人と同じようにストレスを感じ、心や体に影響を受け、時には病気になってしまうこともあります。ストレスはできるだけ回避したいものですが、ストレスに負けない心を育てることも大切です。

ストレスって、回避できるの？

「健康で長生きしてほしいから、ストレスはなるべく与えないようにしているの」とおっしゃる飼い主さんがたくさんいらっしゃいます。ストレスを受けないようにと、一生懸命に飼い主さんが気を配っていたら、愛犬をストレスから守れるのでしょうか？ いいえ、そんなことはありません。どんなに頑張っても愛犬が受けるストレスを皆無にすることはできません。かえって、飼い主さんが頑張れば頑張るほど、感じやすく神経質になり、ストレスに対しても必要以上に反応してしまい、体調不良を起こしてしまうことさえあります。

ストレスに負けない心を育てる

ストレスを全くなくしてしまうことが出来ないとしたら、どうしたらいいのでしょうか。



それは、少々ストレスを受けても動じないで、平気でいられる心を育てることがいちばん。愛犬が受けるストレスなんて、毎日どこにでも転がっているものですから。

たとえば、お散歩の後の足拭き、毎日のブラッシング、爪切り。突然聞こえてくる知らない音、道ですれ違うバイクや子どもたちの大声などなど。

最初から大きなストレスを与えて、それに無理やり慣らそうとするのではなく、毎日の小さなストレスを上手に乗り越えさせて、自信をつけてあげることが大切です。

もし、足拭きが苦手だったら、ちょっ

とだけ拭いて「上手だねえ」とほめます。今日はここまで。次の日には、昨日よりもう少しだけ丁寧に拭いてたくさんほめます。「すごいねえ。上手だねえ」これを少しずつ続けていくのです。

飼い主さんがどんどん小さなストレスを与え、それを乗り越える経験を積ませてあげて、たくさんほめます。そのうち、ストレスをストレスと思わなくなり、普通に乗り越えられるようになります。これが出来たら、次のステップに進みます。今度は、もう少し難しいブラッシングや爪切り。ワンちゃんによって、得意なものと不得意なものがありますよね。

こんなふうに、毎日の暮らしの中で、少し我慢をして苦手なことを乗り越えて、繰り返しほめてもらうことで、飼い主さんへの信頼も深くなり、心が育っていくのです。



愛犬家住宅コーディネーターの
応援 Mascot AJ です。
よろしく！



愛犬と幸せに暮らす
住まいの本



愛犬と暮らす住まいの実例をもっと見たい、
知りたいなら、こちらの本を！愛犬と幸
せに暮らす住まいの工夫やヒントが満載です。

「愛犬家住宅」の本！

「愛犬と幸せに暮らす住まいの本」

PHP研究所刊（本体 1,500円＋税）発売中！

愛犬家の快適な住まいづくりを応援します
愛犬家住宅

愛犬家住宅 検索

お問い合わせ先