



■有些狗狗會怕雷聲。

每個人都有害怕的事物，「汪星人」也不例外。每當行雷閃電、煙花綻放時，膽小的狗狗或會躲在凳或床下，有時又或因家電如風筒所發出的聲音、書架上的書傾側倒下都可能令狗狗緊張起來，若牠們突然陷入嚴重恐慌，或以吠叫、咬噬等攻擊行為去保護自己。小編搜集資訊，推介數個舒緩狗狗情緒的方法，讓牠們身心更加健康。

為狗狗建立安全點

安全點 (Safe Spot) 是可讓狗狗安心地躲起來的某個地方或角落。理想的安全點應該位於室內，沒有或只有很少窗，這樣狗狗就可以避免聽到、聞到或看到暴風雨的情況。主人可以為這個安全點加一個地墊，有需要再加上被褥、水、食物和一兩件玩具，有燈有喇叭可播放音樂或開着電視。
貼士：狗狗怎樣知道這是安全點？主人平時要和愛寵一起在安全點呆着或玩耍，久而久之，狗狗會把安全點當成是一個快樂的地方，當遇上行雷閃電，狗狗會自然走到安全點躲起來。

察覺壞天氣 觸發焦慮反應

懼怕暴風雨的狗狗或患有暴風雨恐懼症 (Storm Anxiety)，有機會對任何與壞天氣有關的觸發點有反應，包括風雷雨的聲音，也可以是閃電、天空變黑、氣壓變化等。因為狗狗的敏感度較高，會感覺或嗅到暴風雨前或伴隨着暴風雨的氣味，通常比我們早知道壞天氣要來了。而焦慮感是累積的，一向被暴風雨困擾 (輕度到中度) 的狗狗，風暴期間會建立起靜電場，一些動物就會產生靜電，會突然出現明顯的焦慮感。症狀包括：

- 瞳孔放大
- 踱步
- 流口水
- 顫抖
- 心跳加速
- 瀨尿
- 氣喘
- 破壞

研究指出，在有恐懼症的狗狗身上，皮質醇 (Cortisol) 水平——「壓力荷爾蒙」會因為接觸到暴風雨的聲音而飆升至 200% 以上。即使科學無法測量出敏感的寵物在雷雨中的情緒，但基本上我們可以從上述症狀明白到牠們感到困擾，甚至可能是強烈的恐懼。

暴風雨恐懼症不僅會讓狗狗感到極度焦慮和不適，無法緩解寵物的痛苦，也會讓人類感到無奈。如果你的狗狗害怕暴風雨，不要感到氣餒。有些簡單的事你可以做，幫助毛孩保持冷靜。

寵主也要平靜 表達溫馨

雖然看到毛孩子瑟縮發抖很心痛，但是為了牠們長遠的身心健康，首先要由自身開始，千萬別流露出心痛或緊張的表情，因為如果你都開始緊張了，狗狗或會覺得：「連主人都害怕了，果然很恐怖。」牠就會更加害怕。因此必須要保持平靜、開心，讓牠們覺得即使行雷閃電，家裏的氣氛仍然很溫馨，不值得害怕。

若然未夠時間建立安全點，其實有牠們氣味的箱子也可以讓牠們覺得安全，把狗碗或者墊子放進去，讓小空間裏充滿牠熟悉的氣味。



■紙箱也能讓狗狗覺得安全。

狗狗怕行雷 妙招助安撫



減敏反制約 克服恐懼情緒

如果狗狗怕行雷閃電，沒有雷暴時就是訓練牠們的最好時機。你可在手機或電腦上播放視頻，以低音量播放雷暴的聲音，如果狗狗注意到聲音後能保持放鬆，這時就應給牠們獎勵。通過控制音量、聲音與狗狗的距離、甚至每個聲音的波頻細節，你就可以利用減敏 (Desensitization) 與反制約 (Counter-Conditioning) 去幫狗狗適應雷暴，將恐懼情緒變為正面。隨着狗狗適應度，你可以慢慢增加音量。

貼士：整個過程要確保狗狗保持輕鬆穩定的情緒。



■訓練狗狗可以分散牠們注意力。

抱起安慰 勿錯誤引導

如果狗狗需要的話，給牠安慰真的沒有問題，大前提是安慰方式不能表達錯誤。很多人心痛狗狗，一看到狗狗害怕就非常擔心、抱起來安慰、餵零食，其實這樣效果會適得其反。這樣哄狗狗有一個壞處，牠們會覺得你在獎勵恐懼，獎勵牠在發抖的行為，這樣會給牠們錯誤的引導。如果平時沒有接受克服恐懼訓練，又沒有安全點給牠們暫躲，當狗狗很害怕時，只需帶牠們離開高壓地方同時給予安慰，牠們會感到安全、被愛，與你建立互信。

貼士：了解狗狗的身體語言和認識牠們的壓力信號，就能讓我們為最好的朋友處理困難情況。

分散注意 零食訓練

若沒有雷暴時沒有進行訓練，亦可在天空變黑時進行訓練，簡單如執行狗狗平時已學的指令或技巧，做到指令後用零食獎勵牠們，這樣也能分散牠們的注意力，讓牠們忘記天氣的影響。即使是一系列基本任務，如 Sit、遞手等，也足以讓牠忘記外面的天氣。有趣的遊戲、解壓玩具或骨頭咀嚼玩具亦能分散牠們的注意力，是利用狗狗的嗅覺轉移牠們的注意力。

貼士：零食可以是牠們平時最鍾意食的。



■心痛狗狗 抱抱。



■多在安全點和狗狗一起。