

Apprendre à rester seul



Solitude et apaisement

Dès son plus jeune âge un chien est, normalement, capable de s'apaiser soit au contact de ses êtres d'attachement (chiens ou humains), soit au contact de son nid, son panier, son coin.

Pour pouvoir rester seul, le chien doit avoir un coin, un panier, dans lequel il a l'habitude de se reposer et dans lequel il se sent bien. L'apaisement fourni par ce lieu lui permet de rester seul en étant serein.

Les bases de l'apprentissage

Lui créer un nid apaisant

- Dès son arrivée, installez un coin confortable pour votre chiot,
- Apprenez-lui à y aller sur demande « va te coucher ! » pour une friandise, une caresse,
- Demandez-lui d'aller faire ses siestes à cet endroit,
- Ne le dérangez pas dans son panier (c'est son coin 😊) et faites-en une zone de sécurité : ne l'y poursuivez pas et ne le grondez **jamais** quand il s'y réfugie, c'est une règle d'or !

Quand le chien choisit de lui-même d'aller se coucher dans son panier pour se reposer, c'est que cet endroit est apaisant pour lui : c'est gagné !

Quels repères ?

Lui apprendre à rester seul

- Entraînez votre chien à ne pas toujours être dans la même pièce et à supporter qu'une porte soit fermée entre vous.
- Laissez le seul dès son adoption, quelques minutes au début puis progressivement quelques heures.
- Assurez-vous qu'il a eu un peu d'exercice et qu'il a fait ses besoins avant de vous absenter,
- Évitez les démonstrations d'« au-revoir » et de « re-bonjour » dont votre chiot n'a pas besoin, en réalité, et qu'il pourrait interpréter comme des signes d'inquiétude.

Les chiens qui aboient, détruisent ou font leurs besoins quand ils sont seuls expriment toujours une souffrance. Il ne s'agit jamais de vengeance ou de caprices ! En cas de difficultés, consultez rapidement votre vétérinaire.

En cas de difficultés

Questions fréquentes

Que font les chiens quand ils sont seuls ?

Lorsqu'ils sont seuls pendant la journée, le plus souvent, les chiens dorment ! Pour certains, il peut être nécessaire de laisser quelques occupations, telles que des jouets, des balles, des friandises, afin d'orienter leurs quelques moments d'éveil sur des activités choisies.

Aller au panier

Recréer un nid apaisant pour son chien est important pour son bien-être et facilite son accès à l'autonomie. Vous pouvez rendre son coin plus agréable, surtout en début d'apprentissage, en l'invitant à s'y coucher pour une friandise ou une caresse. Ensuite, votre chien devra s'habituer à y rester calmement lorsque vous le lui demandez.

Apaiser le départ et le retour

Pour aider votre chien à être serein lorsqu'il est seul, évitez de lui envoyer involontairement des messages de stress. Par exemple :

- Avant de partir, demandez-lui de se coucher, préparez-vous, dites-lui un simple « à tout de suite » et partez sans plus de cérémonial.
- Au retour, saluez-le rapidement à la voix puis prenez le temps de poser vos affaires, de vous déchausser, de vous installer avant de faire vos retrouvailles. **De cette façon, vous aidez votre chien à ne pas anticiper une émotion débordante liée à votre retour.**

En rendant le départ et le retour émotionnellement neutres, vous aidez votre chien à contrôler ses émotions en votre absence.

Si on se met en colère ?

Parfois, les nuisances produites par le chien (abolements, destructions malpropreté) sont insupportables et vous auront poussé à gronder ou à utiliser des dispositifs coercitifs (collier électrique ou autre). C'est compréhensible... mais ces méthodes aggravent l'état du chien et ancrent les symptômes dans la plus grande partie des cas. **La punition ne peut jamais être un moyen de guérison pour un chien qui souffre.**

Peut-on utiliser une cage ?

Dans certains cas, l'utilisation d'une cage, d'un parc, ou la restriction d'espace à une petite pièce pendant les absences peuvent être conseillés. Cette méthode peut être utile mais vous devez vous assurer que votre chien apprécie cet endroit (il y va parfois spontanément), qu'il n'y manifeste effectivement aucune détresse et qu'il est capable de se retenir suffisamment pour ne pas faire ses besoins pendant la durée de l'isolement.

Quand ça se passe mal

Un chien qui présente ou développe des troubles liés à la solitude a peu de chances de guérir sans intervention. De nombreux chiens sont abandonnés dans les refuges pour ce motif, car les nuisances peuvent être très importantes. N'attendez pas pour vous faire aider et consultez au plus vite votre vétérinaire si votre chien présente des troubles liés à la solitude.

