

Dès que je quitte la mai



son, il se met à hurler

L'anxiété de séparation est un des troubles comportementaux les plus fréquents. Beaucoup de chiens en Belgique souffrent d'être séparés de leur maître et expriment cette angoisse de différentes manières.

LE CONSULTANT

Julie Willems

Comportementaliste
www.juliewillems.be



L'anxiété de séparation s'extériorise de trois façons différentes. Soit le chien vocalise lors de l'absence de son maître (abolements, pleurs ou hurlements), soit il se soulage dans la maison, soit il détruit ce qu'il trouve à sa portée. Il s'agit bien souvent d'objets régulièrement touchés par le maître (GSM, livres, lunettes, vêtements, etc.) car ceux-ci portent son odeur et permettent au chien d'être en partie rassuré. Il peut également abîmer portes, châssis ou murs en les grattant, arracher le

est d'interpréter ces manifestations comme de la vengeance. Leur chien, d'après eux, se venge d'avoir été laissé seul en saccageant la maison ou en leur créant des problèmes avec les voisins. Il n'en est rien. D'ailleurs, le sentiment de vengeance est un sentiment qui n'existe pas chez les chiens, contrairement aux chats. Il ne s'agit donc pas de vengeance, mais d'angoisse. Le chien souffrant d'anxiété de séparation ressent une angoisse telle, en l'absence de son maître, qu'il ne peut s'empêcher de hurler, démolir ou se soulager. Ces trois conséquences sont simplement des moyens lui permettant d'essayer de se décharger de cette angoisse. Les déjections, elles sont provoquées par une accélération subite du métabolisme provoquée par cette émotion très forte qu'est l'angoisse. Littéralement,

nez-le: cela fait plusieurs heures qu'il souffre de solitude, qu'il se languit de vous et quand vous revenez enfin, c'est pour le punir. Il ne comprend pas cette punition, puisqu'il ne voit pas ses déjections et destructions comme des bêtises effectuées volontairement. Par ailleurs, un chien fonctionnant par associations d'idées et événements, ne pourra que difficilement faire l'association entre une punition qui a lieu au présent et un fait qu'il a commis au passé.

IDENTIFIER LES CAUSES

Les deux causes les plus fréquentes de l'anxiété de séparation sont l'abandon et le non-apprentissage de la solitude. L'abandon, tout d'abord. Lorsqu'un chien a été abandonné par son maître précédent, il a vécu cela

Les deux causes les plus fréquentes de l'anxiété de séparation sont l'abandon et le non-apprentissage de la solitude.

papier peint ou entamer chaises, pieds de table ou canapés.

Le point commun de chacun de ces exutoires, qui permet de les reconnaître comme étant à coup sûr liés à l'anxiété de séparation, est le fait qu'ils n'ont lieu uniquement qu'en l'absence du maître. Dans certains cas, le chien pourra également réagir de la sorte lorsque son maître est dans la maison, mais pas dans la même pièce que lui.

IL NE SE VENGE PAS

Par ailleurs, la plupart des chiens n'expriment leur anxiété que par un seul des trois moyens décrits, mais il existe des individus qui réagissent de deux voire des trois manières simultanément. L'erreur habituelle des maîtres

le chien ne peut plus se retenir et doit se soulager. N'ayant pour la plupart pas d'accès vers l'extérieur en l'absence de leur maître, ils n'ont alors d'autre choix que de se soulager à l'intérieur de la maison.

PAS DE PUNITION AU RETOUR

Une autre erreur fréquemment commise est, à leur retour, de punir leur chien pour les bêtises qu'il a commises. Or, nous l'avons vu, ce n'est pas par vengeance mais par angoisse que le chien vocalise, détruit ou se soulage. Il ne le fait donc pas exprès. Il souffre. Rajouter une punition à cette souffrance déjà importante ne peut donc qu'accroître la souffrance du chien. Cela ne fera que rajouter à son angoisse. Imagi-

comme un terrible traumatisme. Lorsque vous le laisserez seul, il n'est pas censé savoir que vous allez revenir, que vous le laissez seulement pour quelques heures. Inévitablement, il associera alors ce "bref abandon" à ce qu'il a déjà vécu, un "abandon définitif". Et l'angoisse qui y sera associée sera telle qu'il ne pourra la contrôler. D'où les conséquences désastreuses que nous avons décrites.

L'autre cause habituelle de l'anxiété de séparation est le non-apprentissage à la solitude. L'apprentissage à la solitude est un apprentissage essentiel, qui doit être appliqué aux chiens en bas âge au même titre que l'apprentissage à la propreté ou l'apprentissage des ordres de base. ►



> Quand notre maître s'en va, il faut bien qu'on trouve quelque chose à faire pour meubler notre solitude...

► Tout simplement, un chien doit apprendre que lorsque vous le laissez seul, vous allez revenir.

Étant une espèce grégaire, c'est-à-dire, pour en donner une définition tout à fait originale, une espèce où les individus ne sont quasiment jamais laissés seuls, le chiot esseulé ne comprendra pas ce qui lui arrive. Étant de plus très jeune, et donc encore terriblement dépendant, il se croira livré à lui-même et donc condamné. Les individus à la personnalité plus fragile, moins forte, pourront alors le vivre comme un tel traumatisme que, même si vous revenez, ils n'auront pu en

tirer leçon. Lors de vos prochaines absences, ils seront replongés dans le souvenir du traumatisme vécu précédemment, et ne se souviendront pas que la dernière fois vous étiez revenu, et donc qu'il y a de fortes chances pour que vous reveniez à nouveau cette fois-ci.

Il ne s'agit pas d'un manque de mémoire en tant que tel, mais d'une incapacité à mémoriser quelque chose à cause de l'intensité d'un traumatisme. Lors de votre prochaine absence, tout ce dont votre chien se souviendra, c'est du traumatisme vécu lors de votre absence précédente, parce que ce souvenir-là est nettement plus fort et intense que le souvenir que vous étiez revenu au bout de quelques heures. Bref, pour éviter de tomber dans ces interprétations erronées, ces souffrances et ces traumatismes, qui mèneront au trouble d'anxiété de séparation, il faut absolument apprendre à votre chien à rester seul, et donc lui apprendre que lorsque vous partez, vous ne l'excluez pas du groupe, vous ne l'abandonnez pas, mais que ces "moments de solitude" qu'il devra vivre sont quelque chose de tout à fait normal, et auxquels il devra s'adapter dans sa vie de membre

d'une famille humaine. Cet apprentissage à la solitude est très facile à appliquer, et vous permettra donc d'éviter l'un des plus grands troubles comportementaux.

L'APPRENTISSAGE DE LA SOLITUDE

Apprendre la solitude à un chiot ou réapprendre la solitude à un chien adulte, c'est lui apprendre à ne pas interpréter votre départ comme un abandon mais comme un moment passager dont il ne doit pas s'inquiéter. C'est lui faire comprendre qu'après votre départ, il y aura un retour et qu'il ne sera donc bientôt plus seul. Cet apprentissage est relativement facile à appliquer. Il suffit de créer des absences d'abord excessivement courtes puis d'en augmenter progressivement la durée. Le but est que votre chiot n'ait pas le temps d'angoisser lors de vos premières absences, et puisse donc en toute sérénité réaliser que vous revenez.

La toute première fois que vous laisserez votre chien seul, cela ne doit pas excéder 1 à 2 minutes. Puis vous passerez à 5 minutes, puis à 10, 15, 20, 30, 45, enfin une

Apprendre la solitude à un chien, c'est lui apprendre à ne pas interpréter votre départ comme un abandon mais comme un moment passager dont il ne doit pas s'inquiéter.

Lorsque l'apprentissage s'applique à un chiot, il faut veiller à ne pas confondre les destructions liées à l'anxiété de séparation des destructions liées au bas âge.

heure et 1 h 30. Lorsque vous revenez, vous ne devez pas entendre votre chien vocaliser. Il ne doit pas non s'être soulagé ou avoir détruit quelque chose. Si c'est malgré tout le cas, c'est que votre absence a été trop longue. Raccourcissez alors la durée de l'absence suivante. En somme, on ne peut passer à l'étape suivante (une durée d'absence plus longue) que lorsque l'étape précédente a été une réussite (aucune destruction, déjection ni vocalisation). Exemple: partez 2 minutes, revenez. Votre chien n'a rien fait? C'est une réussite. Quelques heures plus tard, vous partez 5 minutes. Là, au retour, vous entendez votre chien gémir. C'est qu'il a eu le temps de s'inquiéter de votre absence et que celle-ci était donc trop longue. Lors du prochain essai, il faudra alors reprendre à 2 minutes. Et ainsi de suite jusqu'à ce que vous arriviez à 1 h 30 sans que votre chien n'ait plus montré le moindre signe d'angoisse.

Une fois que vous avez atteint 1 h 30 d'absence sans conséquences, votre chien est normalement prêt à s'adapter à toutes vos absences. Vous pourrez donc partir 5-6 heures sans crainte.

IL Y A DESTRUCTION ET DESTRUCTION

Lorsque l'apprentissage s'applique à un chiot, il faut veiller à ne pas confondre les destructions liées à l'anxiété de séparation des destructions liées au bas âge. Jusqu'à 8 mois environ, il est tout à fait normal qu'un chiot détruise. On différenciera cette destruction normale de la destruction "anxieuse" par le fait qu'elle a lieu à tout moment, et pas seulement en votre absence. Si vous revenez de l'une de vos absences lors de l'apprentissage et que vous voyez votre chien en train de mâchouiller un pied de chaise, observez si, après la joie de vous avoir retrouvé, il continue à le mâchouiller ou s'il s'arrête. S'il cesse, c'était probablement par anxiété qu'il s'y était attaqué. S'il reprend sa tâche là où il l'avait laissée, c'est qu'il démolit tout simplement parce qu'il est jeune. Il peut être difficile de distinguer les deux causes. Cependant, si l'apprentissage à la solitude a été bien effectué chez un jeune chiot (lentement, étape par étape), il n'y a normalement aucune raison qu'il ressent des



> Je me sens seul, si seul, trop seul. Dis, tu reviens quand?

signes d'anxiété.

Chez un chien adulte à qui vous réapprenez la solitude, la moindre destruction ayant eu lieu en votre absence ne peut évidemment être due au bas âge. On l'attribuera donc plus facilement à l'anxiété.

En résumé, on reconnaît l'anxiété de séparation à ses trois conséquences possibles: destructions, déjections et/ou vocalisations.

Dans tous les cas, ces réactions du chien ne peuvent avoir lieu qu'en l'absence du maître, ou en tout cas son absence de la pièce dans laquelle se trouve le chien, pour pouvoir confirmer le diagnostic d'anxiété de séparation.

ADOPTÉZ LES BONNES ATTITUDES

Vous adoptez un chiot? Ne passez pas

une semaine complète avec lui sans jamais le laisser seul pour vous en aller du jour au lendemain travailler 8 heures d'affilée, mais apprenez-lui la solitude en partant d'abord quelques instants puis en augmentant progressivement la durée de vos absences.

Vous adoptez un chien adulte: pour passer à tout risque d'anxiété de séparation, réapprenez-lui la solitude en agissant de même que pour le chiot.

Votre chien souffre déjà d'anxiété de séparation: essayez de lui réapprendre la solitude. Si cette technique ne suffit pas, il vous faudra probablement faire appel à un comportementaliste.

Dans tous les cas, ne punissez jamais votre chien à votre retour si vous voyez qu'il a détruit, qu'il s'est soulagé ou si vous avez des plaintes de vos voisins quant à ses pleurs ou aboiements. ●