

ALLEEN THUIS BLIJVEN

Bij het leren alleen zijn is het heel belangrijk dat je de oefening langzaam opbouwt. Het is namelijk de bedoeling dat de pup het vertrouwen krijgt én houdt dat je altijd terugkomt en dat het niet nodig is om nerveus te worden. Laat je de pup in het begin te lang alleen, dan zal hij zich onrustig gaan voelen en kan stress zich gaan opbouwen. Dat vervelende gevoel dat hij dan heeft, zal hij gaan koppelen aan het alleen zijn. Het gevolg is dat hij voortaan steeds als hij alleen moet blijven, ook al is het maar even, dat gevoel weer krijgt. Hij is het vertrouwen kwijt dat je snel weer terugkomt. Dit moet je voorkomen omdat het erg moeilijk is om dat vertrouwen weer terug te krijgen, je moet dan helemaal opnieuw beginnen met oefenen! Overhaast het niet, laat de pup het tempo bepalen.

HET JUISTE MOMENT.

Begin niet met oefenen om alleen te blijven op momenten dat je pup vol energie zit. Kies eerder de momenten uit dat hij moe is van het wandelen of spelen. Hij zal dan veel sneller rustig blijven liggen in de bench.

Een eerste voorbereiding voor het alleen thuis blijven is om ervoor te zorgen dat jouw pup “zelfstandig” is. Een pup die constant achter zijn eigenaar aanloopt in huis, zijn er zo aan gewend dat de baas altijd in de buurt is dat het vaak extra moeilijk is als deze even weg moet. Leer de pup dus om ook terwijl je thuis bezig bent, rustig in de kamer op zijn eigen plek of in zijn bench te blijven liggen. Dit oefen je eerst terwijl je in dezelfde kamer bent, daarna kunt je ook even de kamer verlaten. Geef hem een kluijfe of speeltje zodat hij bezig is terwijl je kort de kamer verlaat en kom terug voor hij daarmee klaar is.

Als dit goed gaat, dan kunt je voorzichtig de tijd dat je de kamer uit bent wat opbouwen. Zorg er daarbij voor dat je de tijd niet alleen maar langer maakt maar kom tussendoor ook eens snel terug, maar geef daarbij geen aandacht aan de pup.

Let op: misschien slaapt jouw pup s nachts beneden in de huiskamer en gaat dat prima. Dat betekent echter niet dat hij overdag ook zo lang alleen kan blijven! Het naar bed gaan is voor de pup een hele duidelijke context en veel puppen hebben snel in de gaten dat je niet echt weg bent. Bovendien zijn ze dan moe en al snel wennen ze eraan dat dit een dagelijks terugkerend ritueel is. Het is heel anders voor hem als je overdag weg gaat.

UIT HUIS

Als je de pup rustig een tijdje alleen kunt laten terwijl je elders in huis bent zonder dat hij zich daar druk om maakt, kun je beginnen met oefeningen waarbij je ook echt het huis verlaat. Bouw ook dit voorzichtig op: eerst doet je alleen de voordeur open en weer dicht, later stapt je heel even naar buiten. Maak de tijd dat je weg bent steeds een paar tellen langer. Kunt je eenmaal een minuut wegblijven dan kunt je iets grotere stappen gaan nemen.

GEEF EEN 'ZO TERUG' TEKEN

Het kan helpen als je op het moment dat je weggaat een vaste, korte zin zegt, bijvoorbeeld: 'tot straks'. De pup leert dan tijdens de oefening dat als je dat zegt, je weliswaar even weg bent maar ook dat je op tijd weer terug bent. Neem echter niet uitgebreid afscheid door bijvoorbeeld de pup te omhelzen: het contrast met het daarna volgende alleen zijn wordt dan immers vergroot.

TWEE BELANGRIJKE REGELS

Tijdens de hele training zijn er twee belangrijke dingen om op te letten:

- 1) Kom op tijd terug en maak de tijd dat de pup alleen blijft niet langer dan hij aankan. Dat betekent dat je niet ineens een uur kunt gaan winkelen als jouw pup pas tien minuten alleen was gebleven in de training. De kans is dan groot dat hij alsnog bang wordt en dan moet je weer helemaal van voor af aan beginnen bij een paar tellen alleen. Regel dus een oppas!
- 2) Bent je toch te lang weggebleven of lukt het even niet en is de pup gaan blaffen, janken of bijvoorbeeld aan de deur aan het krabben, dan mag je op dat moment niet binnenkomen. De pup zou dan namelijk leren dat zijn gedrag succes heeft en voortaan steeds gaan blaffen of krabben als hij wil dat je terugkomt. Wacht tot hij stopt. Eventueel kunt je een geluid maken wat hij niet verwacht, en waarvan hij niet weet dat jij het bent, om zijn gedrag te doorbreken (maar niet iets waar hij van schrikt, want dat maakt het alleen zijn nóg vervelender!). Klap bijvoorbeeld in je handen, laat de sleutels buiten vallen, doe net of je met de burens praat etc. Pas als hij even rustig en stil is, ga je binnen. Straf de pup nooit voor zijn gedrag. Hij is nerveus, en als je dit gaat straffen wordt dat alleen maar erger.

Hoe weet je of je pup het vervelend vindt als je weg bent? Puppen die het vervelend vinden of bang zijn om alleen te blijven, zullen vaak blaffen, piepen, plassen of slopen. Maar soms is het geblaf al gestopt omdat de pup je auto de straat in hoort rijden en denk je dat de pup er geen problemen mee heeft, tot je van de burens hoort dat hij tekeer is gegaan.

HOE WEEET JE NU OF HET GOED GAAT TIJDENS HET OEFENEN?

- je kunt opnamemodus van je smartphone laten lopen als je oefent. Zo zul je het horen als hij blaft of zachtjes piept.
- je kunt hem iets lekkers geven en kijken of hij het heeft opgegeten als je terugkomt. Een pup die bang is, zal meestal niet eten.
- Als je een camera hebt, zet deze dan eens aan en neem het gedrag van de pup op terwijl je weg bent. Gaat hij rustig liggen? Of ijsbeert hij heen en weer, al hijgend? Hijgen, steeds van positie wisselen (staan, liggen, zitten), niet eten, krabben aan deuren of vloer, slopen, plassen, piepen, janken en blaffen zijn tekenen dat jouw pup het vervelend vindt om alleen te zijn.

Let bij het slopen wel op: er zijn ook puppen die slopen terwijl ze ontspannen zijn en gebruik maken van de afwezigheid van de baas om dingen te doen die anders niet mogen. Om deze vorm van slopen te onderscheiden van stress-gerelateerd slopen is het van belang met een camera het gedrag tijdens afwezigheid te filmen, om te zien of bovengenoemde tekenen van stress en angst aanwezig zijn. Heeft je pup problemen met het aanleren van het alleen blijven of heb je een pup die al heeft geleerd dat het vervelend is als de baas weggaat, roep dan de hulp in van een hondengedragstherapeut.

Laat bij het alleen zijn altijd de radio of de tv spelen, zo is het minder stil in huis. De meeste puppen vinden de geluiden van radio en tv prettig.

Geef je pup ook altijd iets lekkers in de bench als je weg gaat, zo krijgt hij ook de associatie dat als jij weg gaat hem dat wat lekkers oplevert. Zorg wel dat het iets is waar hij veilig een tijdje mee bezig kan zijn, bijv een gevulde kong, een botje is niet zo'n goed idee.

Realiseer je ook dat als je pup alleen kan thuis zijn dit niet automatisch betekent dat hij ook in een andere omgeving bijv. een vakantiehuisje, hotelkamer of bij familie in huis meteen alleen kan zijn. Vaak moet je dit ook eerst even opbouwen. Alleen zijn de stapjes dan wel veel groter.

Als je de pup niet meer in de bench alleen wil laten, doe hem dan eerst in een ruimte waar hij niets kan slopen, gaat het alleen zijn daar goed, kun je hem steeds meer vrijheid geven. Houdt in gedachten dat veel puppen rond de leeftijd van 15 mnd. soms weer een sloopgedrag periode krijgen. Wij hebben zelf de bench pas afgebouwd toen de honden 2 jaar waren. Op hotelkamers en andere vakantiebestemmingen gebruiken wij meestal wel een reisbench. Zo weten we zeker dat er niets gesloopt wordt of ze niet stiekem ons bed gaan voorverwarmen.

Belangrijk!!! Leer je pup ook in de bench te zijn als je gewoon thuis bent, zo voorkom je dat je pup met in de bench gaan associeert met dat jij dan altijd weg bent.

