

Verlatingsangst

Wat is verlatingsangst / Isolatieangst?

Verlatingsangst is een term die meestal gegeven wordt aan honden die een extreme hechting hebben ontwikkeld aan één persoon. Wanneer die persoon niet aanwezig is, raakt de hond in paniek.

Verlatingsangst is niet altijd even zichtbaar. Ook een hond die tijdens het alleen zijn aan de deuren krabt om een uitweg te vinden en op zoek te gaan naar zijn baasje, kan zich verwonden. Andere slopen de kussens in de zetel, huilen de ganse buurt bij elkaar, maar ook een hond onrustig door het huis ijsbeert, ligt te janken, heeft duidelijk last om alleen te blijven. Alleen is dit op een minder opvallend manier.

Isolatieangst heeft zo goed als dezelfde symptomen. Deze komt wel eens voor bij pups die in paniek geraken wanneer je ze alleen laat, maar die wel op een gemak zijn wanneer je ze bij iemand anders laat.

Hoe kan je verlatingsangst ontdekken ?



Wil je eerst bestuderen hoe je hond reageert op het alleen blijven, kan je dit simpel door de aankoop van een 'dogcam'. Deze kunnen al voor een kleine prijs aangekocht worden.

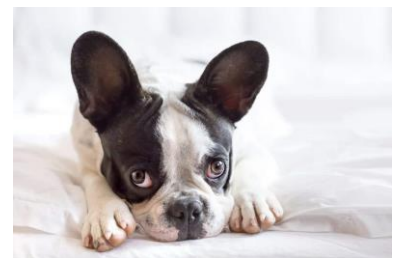
Op deze manier kan je via een app het gedrag van je hond bestuderen. Bij duurdere versies kan je zelf praten.

Bij extreme vormen van verlatingsangst is de ravage die er aangericht wordt tijdens je afwezigheid duidelijk te zien.

Welke honden hebben verlatingsangst ?

Als je hond niet alleen kan zijn, kan dit je hele leven beïnvloeden.

Honden die niet alleen kunnen thuis zijn, zijn meestal erg sociaal en aardig. Zij zijn enorm verbonden met hun baasje en buitengewoon afhankelijk. Deze honden lopen een ganse dag achter hun baasje aan. Waar het baasje naar toe gaat, volgt de hond met een attente blik.



Verlatingsangst

Oorzaken

- Een opgelopen trauma tijdens de puppyperiode
- Het is de hond nooit aangeleerd om alleen te blijven
- De hond heeft wel aangeleerd om alleen te blijven te dat ging goed, maar daarna hoefde dit een hele tijd niet meer. Nu het terug gebeurt dat de hond alleen moet thuisblijven is dit niet opgebouwd. Dus een te plotse verandering.
- De hond moet te lang alleen blijven en begint met slopen uit verveling
- De hond heeft iets ergs of vervelend meegemaakt toen hij alleen was
- Er is een plotse verandering van omstandigheden, iemand uit het huishouden heeft het huis verlaten – de dood van een ander huisdier, ...
- De hond is herplaatst of met het gezin verhuisd
- Fysieke aandoening kan effect hebben op het alleen blijven: vb een blaasontsteking waardoor de hond meer buiten moet om te plassen en dat dit niet kan als hij binnen alleen moet blijven
- Oudere honden kunnen ineens problemen krijgen om alleen te blijven, doordat er veranderingen in hun hersenen plaatsvinden (dementie)
- Sommige honden hebben een genetische aanleg voor isolatie- of verlatingsangst

Een hond weet precies wanneer zijn baasje weggaat



Een hond die niet alleen kan thuis zijn, weet precies wanneer het onheil gaat gebeuren.

Hij ziet dat zijn baasje:

- de deuren controleert of ze wel dicht zijn
- de verwarming lager zet
- zijn schoenen aan doet
- zijn jas neemt
- zijn sleutels pakt

Tegen de tijd dat je wil vertrekken is de hond in alle staten. Zijn hartslag gaat omhoog, zijn bloed giert door zijn aderen. Vertwijfelend staat de hond met een smekende blik te kijken....

De opgefokte stemming van de hond moet zijn uitweg vinden. Sommige honden gaan zaken vernielen, ze gaan graven en krabben. Nog andere gaan luid blaffen / huilen ... Door de opwinding kan er een verhoogde stofwisseling vrijkomen die ervoor zorgt dat de hond niet kan wachten met plassen tot de baas thuiskomt. Ze worden 'tijdelijk' onzindelijk.

Aan verlatingsangst kan wat gedaan worden, maar dat vraagt wel enige tijd, planning en geduld.

Verlatingsangst

Tips om verlatingsangst aan te pakken

1. De hond moet leren om minder vaak in de buurt van het baasje te zijn. Hij moet leren dat zijn wereld niet in elkaar stort zonder in de directe omgeving te zijn van het baasje.
 - Leer je hond op een plaats te blijven liggen – laat hem daar wat standen op oefenen – vergroot de afstand steeds.
 - Lukt dit, dan kan je hem op die plaats laten blijven en even uit de kamer gaan vb om een tas koffie te halen. Lukt dit aardig dan kan je de tijd opdrijven.
2. Probeer de aandacht van je hond te verplaatsen
 - Wanneer de hond op z'n plaats ligt, kan je een doosje met snoepjes op ongeveer 1m van de hond zetten, zelf ga je terug in de zetel zitten. De hond zal na een tijd zijn focus af en toe naar het lekkers verplaatsen ipv je constant in het oog te houden. Als de hond eventjes op de plaats blijft wordt hij beloont uit het doosje met lekkers. Zo bouw je de oefening langzaam op. *De gedachte die erachter ligt, de aandacht te verplaatsen en andere zekerheden/steunpunten te creëren.*
3. Veilige plaats
 - Een bench, hondenren, een hondenmand die op een rustige plaats staat kan de hond een veilig gevoel geven. Benchtraining wordt in een ander hoofdstuk behandeld.
4. Eigen gewoonten aanpassen
 - Eens je het gevoel hebt dat je hond zich veilig voelt om even alleen in een plaats te blijven, kan het handig zijn zelf wat aan je gewoontes te wijzigen.
 - De hond kent de 'vertrek' gewoontes, en wordt daardoor opgewonden. Door je patroon aan te passen, kan je hond er zich niet op instellen.
 - Geef minder aandacht aan je vertrek, laat de extra knuffels achterwegen
5. Voor je vertrek een activiteit plannen
 - Laat je hond voor je vertrek even rondcrossen in je tuin of doe nog een wandeling, nadien kan je hond tot rust komen en kan jij rustig vertrekken
 - Een denkspelletje of even actief truckjes leren, kan je hond ook rust geven en kan hem uitputten waardoor hij het minder erg zal vinden om even 'alleen' uit te rusten
6. Straf de hond zeker niet wanneer je bij thuiskomst toch iets onaangenaam ontdekt.

De meeste honden die niet alleen thuis kunnen zijn, zijn door hun grote afhankelijkheid 'TE' afhankelijk van de aanwezigheid van hun baasje. Door oefening en langzaam opbouwen leert de hond dat zijn wereld niet meteen instort zonder zijn baasje. Deze oefening vraagt wel heel veel discipline.

Oefen elke dag, maar voorkom stress situaties. Oefen je teveel en geeft je hond stresssignalen, zet dan een stap terug. Blijft de stress terugkeren, dan kan eventueel ook bachbloessem¹ toevoegen.

¹ Bachbloessem: 100% natuurlijk product dat kan gebruikt worden ter ondersteuning