Ερώτηση:

Έχω ένα ημίαιμο θυλικό λαμπραντορ δύο χρονών. Το μεγάλο πρόβλημα που αντιμετωπίζω μαζί του είναι ότι δεν μπορεί να μείνει μόνη της. Μόλις φεύγουμε αρχίζει να κλαίει σπαραχτικά χωρίς σταματιμό. Την έχουμε σε αυλή όμως συχνά μας κάνει παρέα μέσα στο σπίτι. Η συμπεριφορά της μέσα είναι πολύ καλή. Ποτέ δεν κάνει κάποια ζημιά. Σκέφτηκα να την αφήνουμε μέσα όταν θέλουμε να φύγουμε μήπως νιώθει περισσότερη ασφάλεια. Η αλήθεια είναι ότι το κλάμα μειώθηκε αρκετα χωρίς όμως να έχει σταματήσει. Το κακό με εμένα είναι ότι δεν έχω συγκεκριμένη ρουτίνα έτσι οι ώρες που μένει μόνη της δεν είναι πάντα οι ίδιες. Ο φίλος μου απο την άλλη έχει ένα σταθερό ωράριο πρωινής εργασίας. Όταν φεύγει εκείνος απο το σπίτι το πρωί φαίνεται να το δέχεται καλύτερα από όταν βλέπει εμένα να φεύγω. Αυτό που παρατήρησα είναι ότι το πρωί κλαίει αρχικα όμως θα είναι για λίγο και μετά απο λίγο ηρεμεί και πέφτει για ύπνο. Το βράδυ όμως αυτό δεν συμβαίνει. Κλαίει σπαραχτικά και δυνατά για όση ώρα λύπουμε. Το αποτέλεσμα είναι να μην την αφήνω ποτέ μόνη της τα βράδυα μιας και δεν μπορώ να την αφήσω να δημιουργεί τόση φασαρία. Δεν θέλω να δημιουργώ προβλήματα στους γείτονες και φυσικά δεν μπορώ να σκέφτομαι το σκυλί μου να σπαράζει! Κάτι τέτοιο όμως δεν μπορεί να συνεχιστεί. Δεν γίνεται να μην μπορώ να φύγω απο το σπίτι. Τι μπορώ να κάνω για να σταματήσει αυτή η συμπεριφορά; Ευχαριστώ πολύ.

Απάντηση από τον Εκπαιδευτή σκύλων:

Αγαπητή κυρία Γεωργία, η κατάσταση που αντιμετωπίζετε είναι πολύ γνωστή και αναφέρεται στο λεγόμενο "άγχος αποχωρισμού". Το άγχος αποχωρισμού είναι ένα από τα πιο συχνά προβλήματα που αντιμετωπίζουμε με τους σκύλους μας. Ο λόγος που εμφανίζεται είναι ότι τα σκυλιά είναι κοινωνικά από τη φύση τους κι όταν ζουν με ανθρώπους αυτό σημαίνει πως στο μυαλό τους αυτό συνεπάγεται ως μια αγέλη. Οπότε όπως καταλαβαίνετε η απουσία μας δημιουργεί μεγάλο στρες στο σκύλο διότι ταράζεται επειδή δεν μπορεί να κατανοήσει γιατί φεύγουμε ή αν θα επιστρέψουμε ή οχι. Δυστυχώς, το άγχος αποχωρισμού πηγάζει από λάθος χειρισμούς που κάνουν οι ιδιοκτήτες. Για παράδειγμα, όταν υιοθετούμε ένα κουταβάκι συνηθίζουμε να περνάμε όλη την ώρα μαζί του, να μην το αποχωριζόμαστε κι όταν εκείνο κάποια μέρα καταλήγει να μείνει για κάποια ώρα μόνο του, πανικοβάλλεται και δεν ξέρει τι συμβαίνει. Φυσικά η πρόληψη είναι πάντα η καλύτερη λύση, αλλά σε αυτή την περίπτωση υπάρχουν κάποιες κινήσεις που θα μπορούσατε να κάνετε για τη βελτίωση της κατάστασης. Αρχικά, δώστε προσοχή στις ενέργειές σας που στρεσάρουν το σκύλο σας. Πιο συγκεκριμένα, αν ταράζεται μόλις σας βλέπει να βάζετε το μπουφάν σας αυτό που μπορείτε να κάνετε είναι να βάζετε το

μπουφάν σας και να παραμένετε στο σπίτι έτσι ώστε να εξοικειωθεί με την κατάσταση αυτή. Επίσης, είναι σημαντικό αν δεν έχουμε εκπαιδεύσει έστω με τις βασικές εντολές το σκύλο μας, να το κάνουμε γιατί αυτό θα βοηθήσει το σκύλο σε σημαντικό βαθμό στο πως ανταποκρίνεται σε εμάς και τις εντολές μας. Για παράδειγμα η εντολή μείνε μπορεί να χρησιμοποιηθεί λέγοντας "μείνε" στο σκύλο μας σε διαφορετικό δωμάτιο απο εμάς (πχ ως και μισή ώρα) σταδιακά να τον συνηθίζουμε στην ιδέα πως δε χρειάζεται να είναι συνέχεια μαζί μας. Φυσικά δεν εννοούμε επουδενί να μην περνάτε χρόνο με το σκύλο σας απλά ακολουθείτε κάποια βήματα για να τον μάθετε να μην κλαίει όταν λείπετε. Όταν θα λείπετε καλό είναι να του δίνετε να ασχοληθεί με κάτι που αγαπάει ώστε να μην "στενοχωριέται" στο μεταξύ. Τις πρώτες φορές δεν θα φεύγετε από το σπίτι, απλώς θα αλλάζετε δωμάτιο, κλείνοντας την πόρτα για 2-3 λεπτά. Όπως καταλαβαίνετε όσο και να γαυγίζει ή να κλαίει δε θα πρέπει να ενδίδετε σε αυτές τις συμπεριφορές και να ανοίξετε την πόρτα. , επιστρέφοντας, δεν θα ανοίγετε την πόρτα όσο γρυλίζει ή γαβγίζει. Σταδιακά θα αυξάνετε την ώρα που μένει μόνος. Θα χρειαστεί περίπου μία εβδομάδα επαναλήψεων, μέχρι να καταφέρετε να τον αποχωριστείτε για 10 λεπτά. Είναι σημαντικό να μη βιάζεστε να αυξήσετε το χρόνο. Μόνο όταν θα καταφέρει να δεχτεί την ολιγόλεπτη απουσία θα είναι έτοιμος για την πολύωρη. Ένα επιπλέον βήμα είναι πριν φύγετε να τον βγάζετε μια σύντομη βόλτα ώστε και να πηγαίνει τουαλέτα και να εκτονώνεται κι όταν γυρνάτε να παίζετε λίγο μαζί του, ώστε μετά όταν θα μένει μόνος να ηρεμήσει πιο εύκολα. Στη συνέχεια καλό είναι 15 με 20 λεπτά πριν φύγετε να παύετε σταδιακά να ασχολείστε μαζί του. Όταν θα φεύγετε, λοιπόν, έχετε στο μυαλό σας ότι θα πρέπει απλώς να φύγετε. Ούτε ματιές ούτε χάδια. Καλό είναι να βρείτε μια φράση να λέτε είτε φεύγετε για 5 λεπτά είτε για μια μέρα όπως για παράδειγμα "Θα ξανάρθω/ θα τα πούμε σύντομα" ώστε να καταλάβει ότι ενώ μπορεί να φεύγετε θα ξανάρθετε διότι θα το συνδέσει με την επόμενη φορά που θα γυρίσετε και θα έχει στο μυαλό του ότι ναι μεν φεύγει αλλά θα ξανάρθει. Τέλος, όταν θα επιστρέφετε στο σπίτι, μην εκδηλώνεται υπέρμετρο ενθουσιασμό όσο και να έχει χαρεί ο σκύλος. Μόνο όταν ηρεμήσει δώστε του ένα χάδι ή προσοχή. Όταν θα είναι ήρεμος δώστε του όσα χάδια θέλετε. Σκοπός αυτής της στάσης μας είναι να του δείξουμε ότι δεν συμβαίνει και τίποτα συνταρακτικό όταν φεύγουμε ούτε όταν επιστρέφουμε. Να έχετε στο μυαλό ότι ο σκοπός σας δεν είναι να εξαφανίσετε το σύμπτωμα δηλαδή το να κλαίει, αλλά να εξαφανίσετε το αίτιο δηλαδή το άγχος αυτό καθεαυτό.

Σας εύχομαι καλή επιτυχία.