

Lichaamstaal en gedrag van jouw hond

Welk gedrag vertoont jouw hond?

Honden die alleen blijven lastig vinden, kunnen allerlei soorten gedragingen laten zien. De manier waarop jouw hond in deze situatie reageert is onder andere afhankelijk van het ras, karakter en temperament van jouw hond, en van de problemen die jouw hond ervaart rondom alleen blijven.

Het is de bedoeling dat je je hond niet langer alleen laat, dan jouw hond stressvrij aankan. Het is daarom heel goed mogelijk dat je jouw hond op dit moment niet alleen laat. Ook is het mogelijk dat je je hond nog nooit alleen gelaten hebt, omdat je hieraan met behulp van dit traject voor het eerst gaat beginnen. Het kan dus zijn dat jij onderstaande vragen niet kunt beantwoorden. Dat is geen probleem.

Hoe gedraagt jouw hond zich als je weggaat en hoe als je weer thuiskomt?

Vertoont je hond wanneer je weggaat:

1. Druk gedrag?
2. Nerveus gedrag?
3. Loopt hij/zij onrustig heen en weer?
4. Loopt hij/zij je steeds achterna?
5. Probeert hij/zij op een bepaalde manier te voorkomen dat je weggaat?
6. Kruipt je hond weg als je weg wil gaan of bijvoorbeeld je sleutels pakt?
7. Zondert je hond zich af als hij/zij merkt dat je weggaat/weg wil gaan?

Vertoont je hond wanneer je weer thuiskomt:

1. Druk gedrag?
2. Nerveus gedrag?
3. Teruggetrokken gedrag/depressief gedrag?
4. Is je hond mega enthousiast wanneer je weer thuiskomt?
5. Gaat je hond meteen eten en/of drinken als je thuiskomt?

Wat tref je aan bij thuiskomst?

1. Heeft je hond iets kapot gemaakt?
2. Heeft je hond geprobeerd uit te breken (uit de Bench, of uit het huis)?
3. Heeft je hond zijn behoefte binnen gedaan?
4. Ligt er speeksel op de vloer?

Wanneer er sprake is van een of meerdere gedragingen uit bovenstaande opsommingen dan bevestigt dit dat jouw hond alleen blijven moeilijk vindt. Vanaf les 7 gaan we samen aan de slag om je hond dit op een veilige en vertrouwde manier stap voor stap te leren.



Hoe voelt jouw hond zich wanneer hij/zij alleen is?

Om te begrijpen hoe je hond zich voelt is het belangrijk dat je je verdiept in lichaamstaal van je hond. Wanneer je hond voor/tijdens of na het alleen blijven stress-signalen vertoont, is het belangrijk na te gaan of het alleen moeten blijven hier de oorzaak van is. Vertoont je hond steeds stress-signalen in deze context? Kunnen er nog andere oorzaken meespelen?

Het is noodzakelijk dat je zicht hebt op je hond wanneer je weg bent.

Om te weten hoe je hond zich gedraagt en voelt tijdens het alleen blijven is het raadzaam je hond te filmen in deze situatie. Tegenwoordig zijn er ook veel goede camera's voor dit doel op de markt. Je kunt deze camera installeren in het vertrek waar je hond verblijft wanneer je weggaat. Zo'n camera kun je koppelen aan je mobiele telefoon. Wanneer je weg bent heb je op die manier zicht op je hond en weet je precies wat er gebeurt. Bovendien kun je deze filmpjes tijdens het traject indien nodig ook steeds met mij delen.

Tijdens het alleen blijven kan jouw hond zich op verschillende manieren gedragen:

1. Jouw hond kan gaan slapen (wat heerlijk!!).
2. Jouw hond kan alert en afwachtend blijven.
3. Jouw hond kan gespannen zijn.
4. Jouw hond kan in paniek raken.
5. Jouw hond kan gaan blaffen/janken/piepen.
6. Jouw hond kan zich terugtrekken (depressief gedrag).
7. Jouw hond kan onzindelijk zijn.
8. Jouw hond kan dingen kapot maken.
9. Jouw hond kan proberen te ontsnappen.

Om te weten wat er precies gebeurt wanneer jij niet thuis bent, is het dus belangrijk je hond te monitoren middels camera. De filmpjes die je maakt tijdens dit traject mag je steeds met me delen.

Welke emoties spelen een rol bij jouw hond?

Wanneer jouw hond het lastig vindt om alleen te blijven, dan ervaart jouw hond op dat moment vervelende gevoelens.

Jouw hond voelt zich misschien onveilig. Jouw hond kan angstig zijn of in paniek raken. Ook kan jouw hond zich eenzaam of gefrustreerd voelen op zo'n moment.

Wanneer jouw hond in een bepaalde situatie zich steeds opnieuw onprettig voelt, dan gaat jouw hond een steeds grotere hekel aan deze situatie krijgen. Jouw hond kan bij voorbaat al angstig of in paniek raken, alleen al bij het idee dat die vervelende situatie er weer aan zit te komen. Voor meer informatie kun je dit artikel nalezen: [Mijn hond went vanzelf wel... \(onlinehondenschool.com\)](https://www.onlinehondenschool.com).



Jouw hond gaat de signalen, dat hij/zij alleen moet blijven, steeds beter herkennen. Dit verklaart dat sommige honden al gaan blaffen of in paniek raken, op moment dat je bijvoorbeeld je tas of je sleutels pakt, of je jas aandoet.

Jouw hond steeds opnieuw in een situatie brengen die te lastig is, gaat niet helpen. Hiermee bevestig je alleen maar steeds opnieuw naar je hond toe dat de situatie eigenlijk echt heel moeilijk is.

Samen gaan we tijdens dit traject bepalen welke stapjes jouw hond aankan, en samen begeleiden we jouw hond op een manier die jouw hond steeds goede (of beter gezegd neutrale) ervaringen gaat opleveren. Op deze manier kan jouw hond ervaren dat het wel meevalt, dat jouw hond de situatie wel aankan.

Voor meer informatie over emoties bij honden kun je deze artikelen ook nalezen:

[emoties bij honden: GRIEF \(onlinehondenschool.com\)](https://www.onlinehondenschool.com/emoties-bij-honden-grief)

[Emoties bij honden: FEAR \(onlinehondenschool.com\)](https://www.onlinehondenschool.com/emoties-bij-honden-fear)

Waar moet je opletten wanneer je hond alleen is? Het herkennen van lichaamstaal

Honden communiceren met hun lichaam en gedrag, en hoe beter jij deze signalen bij jouw hond gaat herkennen, hoe eerder jij bijvoorbeeld spanning gaat opmerken.

Wanneer jij de 'alleen-blijf-oefeningen' met jouw hond gaat doen, houd je zicht op je hond middels de huisdiercamera. Het is de bedoeling dat jij steeds terug naar binnen gaat zodra jij merkt dat jouw hond gespannen raakt. Om deze spanning op te merken is het dus belangrijk je vooraf eerst te verdiepen in de lichaamstaal van jouw hond.

Voor meer informatie over hondenlichaamstaal kun je ook het e-book raadplegen wat je vindt [onder deze link](#).

Geen spanning

Om het begeleidingstraject te kunnen laten slagen, is het belangrijk dat jouw hond geen stress-, spanning of frustratie ervaart tijdens de oefeningen. Jouw hond heeft het nodig dat hij goede ervaringen op gaat doen met alleen blijven.

Verlatingsangst kun je zien als een fobie die je hond heeft ontwikkeld rondom alleen moeten zijn. Een fobie kun je niet overwinnen door steeds opnieuw in paniek te raken. Daarom willen we dat jouw hond tijdens de oefensessies geen spanning ervaart.



Waarom kun je (oplopende) spanning bij je hond herkennen:

De houding van staart en oren van je hond.

Bepaal eerst wat de normale houding van staart en oren van jouw hond is. Hoe draagt jouw hond zijn oren en staart tijdens ontspannen momenten en momenten van rustige en kalme interactie met jou?

Let op:

- Wanneer jouw hond zijn staart lager draagt dan normaal dan kan dit op onzekerheid duiden.
- Wanneer de oren van jouw hond verder naar achteren zijn dan normaal dan kan dit op onzekerheid duiden.
- Wanneer jouw hond zijn staart hoger draagt dan normaal dan kan dit op (hyper)altheid duiden.
- Wanneer de oren van jouw hond verder naar voren zijn dan normaal dan kan dit op (hyper)altheid duiden.

Het lichaam van jouw hond.

Jouw hond kan op allerlei plaatsen in zijn lichaam gespannen raken. Je kunt het vergelijken met ons mensen, bijvoorbeeld wanneer wij met opgetrokken schouders rondlopen. Ook jouw hond kan op deze manier spanning laten zien.

- Kijk naar de spieren op de rug van je hond, in zijn schouders en nek.
- Kijk naar de poten van je hond, wanneer hij rondloopt en de manier waarop hij beweegt.

Het gezicht van je hond.

Spanning in het gezicht van je hond kun je onder andere herkennen aan:

- De ogen van je hond. Zijn ze meer samengeknepen dan normaal, of zijn ze juist opengesperd? Zie je oogwit en/of een vergroting van de pupillen? Fronst jouw hond?
- De kaken van je hond. Denk aan onszelf, wanneer wij onze kaken op elkaar klemmen van de spanning, ook jouw hond kan dat doen.
- De mond van je hond. Heeft jouw hond opgetrokken mondhoeken, klemt jouw hond zijn bek harder dicht dan normaal?

Gedragingen van jouw hond.

Gedragingen van jouw hond die kunnen duiden op angst en spanning:

- Hijgen.
- Gapen.
- Onrustig heen en weer lopen.



Begeleidingstraject Verlatingsangst: les 6

- Blaffen, janken, piepen.
- Trillen, bibberen.
- Kwijlen.
- Met de tong zijn/haar bovenlip aflikken.
- Voortdurend alert blijven.
- De kop geen enkele keer neerleggen.
- Obsessief op iets kauwen of iets kapot maken.
- Onzindelijkheid.
- Andere afwijkende gedragingen dan normaal.

Het is niet eenvoudig al deze signalen (tijdig) te herkennen bij je hond. Maar.... oefening baart kunst. Hoe meer je op je hond let, hoe beter je de verschillen gaat opmerken. Bij vragen en twijfels: stuur me je opnamen, dan kijk ik met je mee!

