



CHIEN

ÉDUCATION ET BIEN-ÊTRE

APPRENDRE À RESTER SEUL

Certains chiens s'ennuient ou deviennent anxieux lorsqu'ils sont seuls, ce qui peut les amener à détruire des objets, à japper ou même à se blesser. La bonne nouvelle : on peut les aider à mieux vivre les moments de solitude, étape par étape.

VOTRE RÔLE

Assurez-vous que votre chien dépense assez d'énergie chaque jour (marche, jeu, entraînement). Enrichissez son environnement avec des jeux interactifs ou des jouets à mastiquer. Et surtout, adaptez la durée de vos absences à ses capacités.

Astuce : un chien calme et bien occupé risque beaucoup moins de développer des comportements problématiques.

MATÉRIEL REQUIS

- + Kong, jouets interactifs
- + Gâteries très alléchantes
- + Objets à mastiquer (ex. : Whimzees, Dentastix, Nylabone)
- + Barrière pour enfant/enclos/pièce sécuritaire
- + Musique douce

CONSEILS CLÉS!

- Mettez de la musique douce, et offrez-lui une couverture ou un vêtement avec votre odeur **pour l'aider à se détendre.**
- Si votre chien vit mal une absence longue, **raccourcissez-en la durée temporairement** ou trouvez une solution (garderie, voisin-e, gardiennage).
- **Certains chiens ont besoin de plusieurs semaines pour apprendre à rester seuls.**

Étapes à suivre

1 Offrir des activités plaisantes en solo (7 jours)

Laissez votre chien gruger un jouet ou manger dans une pièce calme, sans fermer la porte.

Astuce : fixez le jouet pour qu'il ne puisse pas le sortir de la pièce. Servez aussi ses repas dans cette pièce, pour créer une association positive.

2 Fermer la porte quelques minutes (7 jours)

Fermez la porte pendant 30 secondes, puis 1 minute, 3, 5, et ainsi de suite. Vous pouvez l'accompagner les premières fois pour le rassurer. Augmentez la durée très graduellement. Votre chien ne doit jamais paniquer ni terminer son activité avant votre retour.

3 Sortir de la pièce (7 jours)

Faites la même chose, mais quittez la pièce. Augmentez la durée jusqu'à 15 à 30 minutes.

Astuce : faites plusieurs essais par jour si possible.

4 Prolonger l'absence (7 jours +)

Laissez-le seul pendant 1 à 2 heures (ex. : épicerie). Continuez à lui offrir une activité agréable durant ce temps. Si tout se passe bien, vous pourrez graduellement augmenter la durée des absences.

Apprendre à votre chien à rester seul, c'est possible! Avec des absences courtes pour commencer, des activités plaisantes et un peu de persévérance de votre part, il deviendra serein... même sans votre présence.

Vous avez des inquiétudes?

⚠ Des aboiements excessifs, de la destruction ou des signes de panique (salivation excessive, urine dans la maison, griffades sur le plancher) peuvent indiquer une **anxiété de séparation**. → Commencez par consulter votre vétérinaire pour écarter toute cause médicale. Puis, faites appel à un-e éducateur-ric(e) canin-e certifié-e ou contactez la SPCA pour des conseils adaptés.