

Pourquoi mon chien se comporte-t-il mal et comment l'éviter ?

Mon chien pleure lorsque je suis au téléphone, il vide la poubelle quand il est seul, il aboie contre les visiteurs... font partie des problèmes fréquemment relatés par les propriétaires de chien.

Ils se demandent si s'agit d'un caprice ou d'une façon d'attirer l'attention, d'embêter, de prendre le pouvoir.

Mais qu'en est-il d'un point de vue éthologique ?

Le comportement est toujours un moyen pour recouvrer un état d'équilibre interne.

En effet, tout un chacun voit son équilibre quotidiennement bousculé par de multiples stimulations internes (taux de glucose bas engendrant la faim, taux hydrique bas engendrant la soif, etc.) et externes (bruit fort et soudain engendrant peur ou surprise, un retard engendrant le stress etc.).

Ainsi, lorsque le chien exprime un comportement problématique c'est dans le seul but d'obtenir satisfaction et retourner à un état de paix intérieure et non pour embêter ou obtenir du pouvoir.

Pour modifier en profondeur sa réaction problématique dans un contexte donné, on a tout intérêt à agir à différents niveaux afin de transformer son mode de fonctionnement.

🐾 Voie 1 : Éviter de confronter votre chien au contexte déclencheur pour ne plus voir apparaître le comportement problématique en question. Ce niveau correspond à ce que James Gross, professeur de psychophysiologie à l'Université de Stanford et spécialiste de la recherche en régulation émotionnelle, a nommé « Sélection de la situation ». Le but étant de ne pas activer le ressenti désagréable poussant à l'action pour s'en libérer.

Mais cette voie n'étant pas toujours possible, il existe 4 autres voies pour transformer les réactions problématiques de votre chien :

🐾 Voie 2 : Hors du contexte problématique, développez ou renforcez chez votre chien des activités-ressources sur lesquelles il arrive à concentrer toute son attention. Il s'agit d'une technique de régulation que J. Gross a nommé « Détournement attentionnel ». Après entraînement suffisant, demandez à votre chien de placer son attention dans la dite-activité en contexte déclencheur.

🐾 Voie 3 : Diminuez tant que possible la difficulté du contexte déclencheur afin que votre chien réussisse à rester concentré dans son activité-ressource. Cette technique de régulation est intitulée par J. Gross « Modification de la situation ».

🐾 Voie 4 : Positivez son état d'esprit lié au contexte déclencheur en y associant une activité-ressource qui lui amène plaisir et sérénité. À force d'associations répétées, votre chien modifiera sa croyance initiale pour finalement admettre que la situation qu'il redoutait s'avère positive pour lui. Cette voie, correspond à la « Réévaluation cognitive » selon J. Gross, technique très utilisée en thérapie cognitivo-comportementale humaine.

🐾 Voie 5 : Apprenez-lui que le comportement problématique qu'il a choisi pour faire face au contexte déclencheur qu'il perçoit comme désagréable ou dangereux n'est pas la panacée et que d'autres réactions plus appropriées lui apporteront davantage de satisfaction. Cet apprentissage est nommé « Modulation de la réponse » par J. Gross et est notamment utilisée en communication non-violente (CNV).

Afin de rendre notre chien finalement autonome dans le choix d'une de ses activités-ressource à la place de choisir le comportement problématique, il est primordial de procéder par étape dans l'octroi de récompenses. Ces étapes s'entraînent en pratiquant des cours avec un professionnel en thérapie comportementale canine.