

Ensamhetsträning

Ingen hund kan per automatik lämnas ensam på en ny plats, oavsett om den klarat av att vara ensam på andra ställen tidigare. Att bli lämnad på en ny plats kan vara mycket skrämmande och ångestladdat för en hund och det finns även risk att den förstör saker i hemmet eller skadar sig om den får panik. Därför behöver alla hundar, valpar som vuxna, successivt tränas i att vara själva för att det inte ska orsaka problem i framtiden.

Vad säger lagen?

- Hundar bör rastas minst var sjätte timme dagtid (valpar, äldre eller sjuka hundar oftare)
- Valpar under fyra månader ska inte vara ensamma mer än korta stunder

Tecken på att hunden blir stressad av att lämnas ensam

- Skäller
- Ylar
- Vankar omkring
- Biter sönder saker i hemmet
- Flåsar

Lär känna varandra

Innan du börjar träna hunden att vara ensam behöver du lära känna hunden. Stressa inte utan använd de första veckorna med en ny hund, vuxen som valp, till att lära känna varandra så hunden blir trygg med dig och era vanor.

Hur man påbörjar träningen

Passivitetsträning och ensamhetsträning går hand i hand. Har hunden svårt att slappna av när du är med kommer den sannolikt ha ännu svårare att slappna av om du går därifrån. Den enklaste starten brukar därför vara att lära hunden att *vara själv utan att vara ensam*.

Begränsad yta

Börja med att lära hunden att vara på en begränsad yta och vila, till exempel bakom ett kompostgaller eller bakom en barngrind. När vi begränsar ytan hunden har tillgång till hjälper det hunden att komma ner i varv. Se till att hunden är rastad och nöjd varje gång ni ska öva och hjälp hunden göra rätt genom att ge den något riktigt gott att tugga på varje gång den ska vara bakom gallret. Det ska inte vara ett straff att vara där utan ett trevligt och tryggt ställe där man vilar och äter sina tuggben. Bakom gallret ska det även finnas en skön bädd eller en koja att gå in i och en vattenskål. En liten tuggpinne som hunden glufsar i sig på en minut kanske inte kommer fungera i det här fallet, så se till att erbjuda hunden något bättre som till exempel en Kong med fruset färskfoder. Det

kommer hunden kunna roa sig med en längre stund och är även ett konstruktivt sätt för hunden att få utlopp för nyfikenhet och energi. Led in hunden bakom gallret och ge kongen. Var själv kvar i samma rum men fortsätt med det du höll på med, titta på tv, jobba med datorn osv. Hunden får öva sig på att vara själv medan du fortfarande är kvar i rummet eftersom den inte kan välja att komma fram till dig just då. Öva korta stunder i början och avsluta träningen medan hunden fortfarande är lugn.

Förutom att påbörja både passivitets- och ensamhetsträning är det här också ett praktiskt sätt att kunna ge hunden riktigt goda tuggben utan att behöva få detta i möblerna (om hunden vanligtvis får vara där). Hunden lär sig att man äter alla goda saker ”på sitt rum” och det gör även att man slipper problem med hundar som vaktar sina saker mot människor. När hunden är bakom gallret låter vi den vara ifred med sina saker. En win-win för alla inblandade alltså!

Öka svårigheterna långsamt

Först när den här träningen fungerar bra och hunden är bekväm med att vara bakom grinden medan du pysslar med annat kan du gå vidare i träningen. Gör det enkelt i början, res dig och gå och hämta något i ett annat rum och kom tillbaka igen direkt. Fortsätt sedan att successivt göra små ärenden till andra delar av hemmet, gå på toaletten, hämta en kopp kaffe osv, hämta posten och så vidare. Var uppmärksam på hur hunden beter sig. Blir den orolig och börjar skälla eller stöka har vi gått för fort fram och vi behöver backa i träningen igen.

Träna när du vet att det kommer fungera

Att göra fel lär man sig inget av, så träna när du vet att det kommer fungera, det vill säga när hunden redan är lugn och har alla förutsättningar att lyckas med det vi tänkt oss. Om vi bara sätter hunden bakom kompostgallret när den är stökig eller om vi är irriterade på den kommer den trygga platsen i stället få motsatt effekt för hunden.

Lämna inte hunden ensam innan träningen är klar

Under perioden du övar hunden att vara ensam behöver du ha en lösning för hur du gör vid de tillfällen hunden faktiskt måste vara ensam. Är inte hunden redo att vara själv behöver du lösa det när du till exempel ska på ett läkarbesök eller åka och handla. Om du plötsligt lämnar hunden ensam utan att den är färdigtränad förstör du den fina träningen du börjat bygga upp.

Vanliga missuppfattningar

En vanlig missuppfattning är att man ska öva hunden att vara ensam genom att lämna den ensam, gå ut och stänga dörren och sedan vänta tills den är tyst om den skäller eller gnäller. Detta avråder vi starkt från. Om hunden blir orolig, skäller, gnäller, ylar eller springer runt har vi gjort det för svårt. I värsta fall får hunden panik och det lär man sig ingenting av.

En annan vanlig missuppfattning är att man ska lämna en valp när den sover men även det avråder vi starkt från. Risken är stor att valpen vaknar och får panik när den upptäcker att den är ensam och i stället får svårt att våga slappna av och vila framöver.

Bur

Ytan hunden vistas på när den är bakom galler får inte vara för liten, då kommer den räknas som bur och att stänga in hunden i en bur i hemmet är emot svensk djurskyddslag. Däremot kan en bur bli en toppenbra koja för hunden där den känner trygghet. Lägg gärna en filt över burtaket för att göra det lite mysigare och bädda med mjuka täcken och filter i buren. Burdörren ska dock alltid vara öppen eller bortmonterad.

Känns det svårt?

Om det känns knepigt att få till träningen rekommenderar vi att du tar professionell hjälp av en hundtränare med god utbildning och erfarenhet för hjälp med en träningsplan för dig och din hund.