

La peur de l'orage (et des autres bruits alarmants)

Il n'est pas rare que les chiens soient effrayés par l'orage, les pétards et autres bruits forts. Ces peurs peuvent se développer même si votre chien n'a jamais vécu d'expériences traumatisantes associées avec le bruit en question. La bonne nouvelle, c'est que beaucoup de problèmes liés à la peur peuvent être résolus avec succès. Cependant, si le problème n'est pas traité, le comportement anxieux de votre chien peut aller en s'aggravant.

Les problèmes de comportement les plus fréquents associés à la peur des bruits forts sont les destructions et les fugues. Quand votre chien est effrayé, il cherche à atténuer sa peur. Il peut alors essayer de s'échapper vers un endroit où le bruit du tonnerre ou des feux d'artifice sont moins intenses. Si en quittant son jardin ou en allant dans une certaine pièce ou un certain endroit de la maison, il se sent moins effrayé, le comportement de fugue est alors renforcé puisqu'il permet au chien de réussir à atténuer sa peur. Pour certains chiens, le niveau d'activité ou d'effort physique lié aux comportements de fugue ou de destruction, peut déjà être une issue pour décharger leur trop plein d'anxiété. Malheureusement, les fugues et/ou les comportements destructeurs posent des problèmes au maître, et peuvent aussi résulter en des blessures physiques pour le chien.

Lorsque le chien entend le bruit alarmant, les choses qui sont présentes dans son environnement peuvent, dans sa perspective, devenir associées avec ce bruit qui l'effraie. Et au bout d'un certain temps, le chien peut se mettre à avoir peur d'autres choses dans l'environnement, qu'il associe avec le bruit effrayant. Par exemple, les chiens qui ont peur du tonnerre peuvent se mettre ensuite à avoir peur du vent, des nuages gris et des éclairs qui précèdent souvent le coup de tonnerre. Les chiens qui ont peur des pétards peuvent se mettre à avoir peur des enfants qui ont les pétards, ou à avoir peur d'aller dans l'arrière-cour par exemple, si c'est en général là qu'ils entendent le bruit effrayant.

Que pouvez-vous faire pour aider votre chien ?

Créez un lieu sûr : Essayez de créer un endroit où votre chien se sentira en sécurité et où il pourra aller quand il entend les bruits qui lui font peur. Mais souvenez-vous que cela doit être un lieu sûr *de son point de vue* et non du vôtre. Regardez où il va, ou bien où il tente d'aller quand il a peur, et si c'est possible, laissez-le accéder à cet endroit. S'il essaie d'entrer dans la maison, vous pouvez éventuellement envisager d'installer une porte pour chien. S'il tente d'aller sous votre lit, laissez-le entrer dans votre chambre.

Vous pouvez aussi créer un abri protégé, petit et sombre, à l'abri du bruit effrayant autant que possible (mettre en route la radio peut aider à atténuer le bruit). Encouragez-le à aller dans cet endroit quand vous êtes à la maison et qu'il y a un orage ou un autre bruit effrayant. Donnez-lui à manger dans cet endroit et associez d'autres « bonnes choses » qui se passent là. Il doit pouvoir entrer et sortir de cet endroit tout-à-fait librement. Le confiner dans son abri quand il ne veut pas y être créera seulement davantage de problèmes. L'approche de l'abri sûr pourra

marcher avec certains chiens, mais pas tous. D'autres chiens ressentent le besoin de bouger et d'être actif quand ils ont peur, et « se cacher » ne les aidera pas à se rassurer.

Distrayez votre chien : Le meilleur moment pour utiliser cette méthode, c'est lorsque votre chien commence tout juste à montrer de l'anxiété. Encouragez-le à s'investir dans toute activité qui capte son attention et le distrait de sa peur. Commencez dès qu'il attire votre attention sur le bruit, et alors qu'il est seulement vigilant, sans encore montrer trop de comportements de peur. Essayez immédiatement de l'intéresser à quelque chose qu'il aime vraiment. Sortez une balle de tennis et jouez avec lui (dans un endroit sûr, d'où il ne peut s'échapper), ou bien pratiquez quelques commandes qu'il connaît. Récompensez-le avec des compliments et des friandises quand il fait attention au jeu ou aux commandes que vous lui donnez.

Lorsque l'orage ou les autres bruits se renforcent, il est possible que vous ne puissiez plus garder son attention sur l'activité, mais cela peut retarder le début du comportement de peur de plus en plus longtemps à chaque fois. Si vous ne pouvez garder son attention et qu'il commence à montrer des signes de peur, arrêter le processus. En effet, si vous continuez, vous pourriez, sans le vouloir, renforcer le comportement de peur.

Modification du comportement : Les techniques de modification du comportement réussissent souvent à atténuer les peurs et les phobies. Les techniques appropriées sont appelées techniques de « contre-conditionnement » et « désensibilisation ». Cela implique de conditionner ou d'apprendre à votre chien à réagir sans la peur en réponse aux bruits et aux autres stimuli qui l'effrayaient auparavant. Cela doit être fait **très progressivement**.

Commencez en l'exposant à un niveau d'intensité du bruit qui ne l'effraie pas, et associez-le à quelque chose d'agréable, comme une friandise pour chiens ou un jeu amusant. Augmentez progressivement le volume tout en continuant à offrir à votre chien quelque chose d'agréable. Par ce procédé, il va associer de « bonnes choses » avec le bruit qui lui faisait peur auparavant.

Exemple :

- Enregistrez une cassette audio avec le bruit des pétards sur la bande
- Mettez en route la cassette à un volume aussi bas que nécessaire pour ne pas déclencher la peur chez votre chien. Pendant que la cassette tourne à très bas volume, donnez son repas à votre chien, ou donnez-lui une friandise pour chiens, ou encore jouez à son jeu favori.
- Au cours de la session suivante, passez la cassette un tout petit peu plus fort, tout en donnant à manger à votre chien ou en jouant avec lui.
- Continuez à augmenter le volume très progressivement, au fur et à mesure des sessions, sur une période de plusieurs semaines ou plusieurs mois. Si à un moment donné pendant que la cassette tourne, le chien montre un comportement de peur, **ARRETEZ**. Commencez la session suivante à un volume inférieur, qui ne provoque pas d'anxiété chez votre chien, et progressez plus lentement.

Si ces techniques ne sont pas utilisées correctement, elles ne seront pas efficaces et peuvent même aggraver le problème.

©2002. Fiche pratique adaptée à partir des documents écrits par les comportementalistes animaliers de « The Dumb Friends League », à Denver, aux Etats-Unis. Tous droits réservés.

Par ailleurs, pour certaines peurs, il peut être particulièrement difficile de recréer le stimulus à l'origine de la peur. Par exemple, le tonnerre est accompagné de changements dans la pression barométrique, d'éclairs et de pluie, et l'anxiété de votre chien peut être provoquée par l'ensemble de ces différents éléments, et pas seulement par le tonnerre. L'aide d'un professionnel peut alors être nécessaire pour créer et mettre en place ce type de programme de modification du comportement.

Consultez votre vétérinaire : Il existe des médicaments pour réduire l'anxiété de votre chien pendant de courtes périodes. Votre vétérinaire est la seule personne qui soit qualifiée et qui a le droit de prescrire des médicaments pour votre chien. N'essayez pas de donner à votre chien des médicaments sans consulter votre vétérinaire. Les animaux ne réagissent pas aux médicaments de la même manière que les êtres humains, et un médicament qui est bon pour les humains, peut se révéler fatal pour votre chien. Une thérapie médicamenteuse seule ne suffira pas à réduire les peurs et les phobies de façon permanente. Dans des cas extrêmes, la modification du comportement et les médicaments, utilisés conjointement, peut être la meilleure approche.

Ce qu'il ne faut pas faire

- 🐾 N'essayez pas de rassurer votre chien quand il a peur ; cela peut renforcer son comportement anxieux. Si vous le caressez, le rassurez ou si vous lui donnez des friandises quand il montre de l'anxiété, il peut interpréter cela comme une récompense pour son comportement de peur. Essayez plutôt de vous comporter normalement, comme si vous n'aviez pas remarqué son anxiété.
- 🐾 N'enfermez pas votre chien dans un chenil d'intérieur pour l'empêcher de détruire quelque chose pendant un orage. Il paniquera, et risquera en plus de se blesser, parfois même sérieusement, en essayant de s'échapper de la cage.
- 🐾 Ne punissez pas votre chien parce-qu'il a peur. Punir ne ferait qu'aggraver son anxiété et sa peur.
- 🐾 N'essayez pas de forcer votre chien à faire l'expérience ou à être près du son qui l'effraie. Par exemple, le forcer à rester près d'un groupe d'enfants qui allument des pétards ne ferait que le terroriser davantage, et cela pourrait le conduire à devenir agressif pour chercher à échapper à cette situation.

Ces approches ne marchent pas parce-qu'elles ne réduisent pas la peur de votre chien. Essayer simplement de l'empêcher de s'échapper ou de détruire ne marchera pas. S'il est toujours effrayé, il continuera à montrer cette peur de toutes les manières qu'il pourra le faire (creuser, sauter, grimper, mordiller, aboyer, hurler). Enfin, sachez que les cours d'éducation ne résoudront pas les problèmes de peur de l'orage ou d'autres bruits, mais peuvent cependant aider à améliorer globalement la confiance en soi du chien.

Spécialistes du comportement animal

Si votre chien montre de graves signes de peurs et de phobies et que vous n'arrivez pas à des résultats avec les techniques que nous avons décrites ici, vous devriez consulter un spécialiste du comportement animal et votre vétérinaire.