

## BENCHTRAINING: EEN VEILIG PLEKJE VOOR JE HOND?

Een bench of kamerkennel is prima te gebruiken als rustplek voor je puppy. Daarnaast is de bench een handig hulpmiddel bij de zindelijkheidstraining en bij het voorkomen van probleemgedrag wanneer je hond niet onder toezicht of alleen is. Sommige mensen denken dat dit zielig is, maar de meeste honden ervaren de bench als een veilige plek, een veilige haven. Als honden zich om een of andere reden niet lekker voelen bij wat er in de omgeving gebeurt (vb. te druk) dan kan de bench een prima plek worden waar de hond weet dat hij met rust wordt gelaten. Daarvoor moet je hond wel eerst leren dat het niet eng is om opgesloten te zitten in de bench. Hierbij is het belangrijk dat deze associatie met de bench altijd op een positieve wijze gebeurt. Dit bereik je door middel van een stappenplan.

### **Stap 1: de ontdekking**

- De bench wordt het liefst in een ruimte geplaatst waar je **veel tijd** doorbrengt (huiskamer, keuken) en kan de mand vervangen.
- Voorlopig blijft het deurtje open (liefst vastmaken met een touwtje of elastiek om te vermijden dat deze per ongeluk dicht kan vallen).
- Je hond wordt **niet gedwongen** om naar binnen te gaan. Al spelend of met voedsel wordt je hond gestimuleerd om spontaan in de bench te gaan.
- Blijf oefenen met de snoepjes tot je hond helemaal en rustig de bench in gaat.
- Als je hond gemakkelijk uit zichzelf de bench in gaat (met of zonder beloning), dan begin je met de volgende stap van de benchtraining.

### **Stap 2: eten in de bench**

- Deze stap begint met het plaatsen van het voedsel of lekkere snoepjes in de bench. De deur blijft in deze beginfase nog steeds open.
- Als je hond verschillende keren rustig in de bench gegeten heeft, kan je beginnen met het deurtje te sluiten. Let er wel op het deurtje steeds te openen voor je hond stopt met eten.
- Lukt dit verschillende keren goed, dan kan je de deur langer gesloten houden. Dit dien je geleidelijk op te bouwen tot maximum 5 minuten na het eten.
- Als je hond begint te piepen, dan ben je iets te snel gegaan. Ga dan terug naar stap één.

### **Stap 3: Je hond vragen om in de bench te gaan**

- Roep je hond op **enthousiaste** wijze bij de bench en geef deze een beloning.
- Vraag je hond om de bench in te gaan met het door jouw gekozen commando (vb. "bench", "plaats"...).
- Vanaf het moment dat je hond rustig is in de bench, wordt je hond opnieuw **beloond**. Nu pas wordt de deur gesloten.
- Je blijft in de buurt van de bench en zorgt ervoor dat je de deur opnieuw opent voordat je hond begint te piepen of onrustig wordt.
- Blijf dit **oefenen** tot je hond het commando kent en rustig wacht tot het deurtje open gaat. Lukt dit niet, dan ben je waarschijnlijk iets te snel gegaan in stap 3.

### **Stap 4: de duur van het benchverblijf opbouwen**

- Je doet dezelfde oefeningen als in stap 3, maar het deurtje wordt langer gesloten gehouden. Je blijft wel in dezelfde ruimte, zodat de hond je kan zien.
- Als dit goed gaat, verdwijnt je uit het zicht van je hond, en dit steeds langer.
- Van zodra je hond dit 30 minuten kan volhouden, mag je verder naar stap 5.
- Van zodra je hond langere periodes in de bench blijft, let er dan op dat je hond ervoor en erna zijn behoeften kan doen. Dit is een onderdeel van zindelijkheidstraining.
- Lukt dit niet, dan ben je waarschijnlijk (weer) iets te snel gegaan. Keer terug naar het ogenblik dat alles nog vlot verliep, en bouw **langzamer** op.

### **Stap 5: De laatste stap: leren alleen blijven!**

- Het doel van deze stap is dat je naar buiten kan gaan terwijl je hond **rustig** in zijn bench alleen blijft.
- Voor je vertrekt plaats je je hond in zijn bench, zoals uitgelegd in stap 4, en vertrek je zonder overmatige aandacht te geven.
- Doe dit voor korte periodes. Bij terugkeer, open het deurtje van de bench en laat je hond rustig uit. Wees niet te overdreven enthousiast bij thuiskomst en schenk geen aandacht aan je hond als hij/zij te opgewonden is.
- Als dit goed lukt, kan je geleidelijk aan de periode van afwezigheid verlengen.

- Als je hond last heeft om alleen te zijn kan je best even overleggen met je dierenarts of hier geen probleem is.

### **Gebruik van de bench 's nachts**

- Plaats de bench op een plaats waar je de pup kan **horen**. Dit kan vb. in of dicht bij de slaapkamer zijn of op een andere plaats niet te ver verwijderd van de slaapkamer. Het is de bedoeling dat je hoort wanneer je pup aangeeft dat hij zijn behoefte moet doen. Een babyfoon kan hierbij nuttig zijn.
- Geef je pup het commando om in de bench te gaan.
- Beloon je pup, sluit het deurtje en ga slapen.
- Als je pup huilt of piept kan het betekenen dat je pup moet **uitgelaten** worden. Doe dit snel en kort. Schenk niet teveel aandacht aan je pup.
- Als je pup blijft huilen en piepen na het uitlaten: negeer dan je pup en doe het deurtje niet open. Wordt zeker **niet boos** zodat er geen negatieve associatie ontstaat met de bench. Indien je pup blijft piepen, dan kan het aan te raden zijn de bench dichterbij je slaapplaats te zetten zodat je pup zich minder alleen voelt.
- Wanneer je pup rustig blijft, kan de bench geleidelijk aan op grotere afstand gezet worden tot hij op de voorziene plaats staat.

### **Enkele belangrijke weetjes**

- Honden hebben niet hetzelfde tijdsbesef als mensen, maar ze kunnen d.m.v. bepaalde signalen of associaties wel inschatten wanneer je thuiskomt.
- Een verblijf in de bench is en mag geen negatieve ervaring zijn.
- Houd het verblijf in de bench steeds zo kort mogelijk, want het kan niet de bedoeling zijn dat je hond dag en nacht in de bench verblijft.