Apro questo topic perchè l'argomento è interessante e il problema piuttosto frequente. Anche se il nostro cane non soffre di ansia da separazione si possono trovare utili consigli per educare il nostro cane a stare da solo a casa.
Ovviamente confido in Claudia nel correggere là dove lo ritenga necessario o aggiungere altri utili consigli.

**L'ansia da separazione nel cane**

L'ansia da separazione scatena nel cane dei comportamenti indesiderati, spesso fraintesi dal proprietario che erroneamente li considera "dispetti" o "vendette".
"Non vuole restare solo, quando lo lascio a casa si vendica e fa un sacco di dispetti" è la frase tipica di chi ha un cane affetto da ansia da separazione.
Cominciamo ad inquadrare il problema analizzando COME questa patologia si manifesta:
• distruttività: è, assieme alle vocalizzazioni, uno degli aspetti più caratteristici ed indesiderati. I cani lasciati a casa da soli anche per poche ore grattano le porte, rosicchiano di tutto, buttano in aria la coperta della loro cesta, strappano i divani e i tappeti... insomma fanno in modo che, al rientro dal lavoro, casa nostra sembri un campo di guerra.
• abbai e ululati: vere e proprie urla di dolore, che iniziano quando il cane resta solo per esaurirsi solo al nostro ritorno a casa, continue ed insistenti di cui, ben presto, i nostri vicini, più o meno amichevolmente, ci metteranno al corrente.
• bisogni in casa: anche i cani più educati, che mai sporcherebbero il pavimento, se soffrono di ansia da separazione, quando rimangono da soli sistematicamente fanno pipì o cacca (o entrambi) in casa. A volte però non ci accorgiamo di nulla perchè alla defecazione può seguire la coprofagia (il cane si mangia le proprie feci).
• eccessivo attaccamento: quando siamo in casa il cane ci sta sempre attaccato, ci segue in ogni stanza, controlla ogni nostro movimento e se gli viene impedito di seguirci si agita e uggiola.
• moltissime feste al ritorno a casa: anche se siamo mancati pochi minuti il cane ci accoglie con feste esagerate.
Queste sono le principali e più eclatanti manifestazioni dell'ansia da separazione, ma non le uniche. E non tutte necessariamente compaiono contemporaneamente o con la stessa gravità.
E' importante inoltre ricordare che non necessariamente un cane che presenta uno o più comportamenti tra quelli elencati soffre di ansia da separazione: anche altri problemi infatti possono causare nel cane reazioni analoghe:
• distruttività: è abbastanza comune tra i cani giovani, molto attivi e non ancora educati. Un cane da caccia o un terrier o un pastore, o qualsiasi altro cane molto attivo sia fisicamente sia mentalmente, se costretto a stare buona parte della giornata a casa da solo finirà per trovarsi da solo qualcosa da fare: semplicemente si annoia a stare tutto il giorno a casa a dormire, vuole giocare... ed essendo un cane lo farà usando i denti e la testa: inseguirà prede immaginarie saltando sui divani, buttando in terra piante e vasi, ucciderà un cuscino dopo avergli teso un agguato, lo sventrerà e poi sgranocchierà il gambo di un tavolo come fosse un succulento osso. Infondo che sta facendo di male? E' o no un cane? Come altro potrebbe passare il proprio tempo?
Quindi cani che si muovono poco rispetto alle loro esigenze (un San Bernardo non ha bisogno di molto moto, un piccolo Jack Russell Terrier è un peperino instancabile) possono essere distruttivi senza però soffrire di ansia da separazione e si dovrà quindi agire in modo diverso: si dovranno dare loro più occasioni per correre e giocare all'aperto.
Analogamente cani selezionati per lavorare si annoieranno a stare a casa a dormire tutto il giorno e diventeranno distruttivi (un border collie dovrà essere molto più stimolato di un bull dog inglese).
Se il nostro cane distrugge casa chiediamoci quindi:
- Gli faccio fare abbastanza moto?
- Appartiene ad una razza molto attiva?
- Lo faccio ragionare abbastanza (cercare oggetti nascosti, agility, attivazione mentale)?
- Appartiene ad una razza selezionata per lavorare?
• abbai e ululati: è abbastanza comune tra i cani annoiati o che sono stati incoraggiati ad abbaiare. Se un cane è stufo di stare a casa da solo tutto il giorno, senza avere nulla da fare, può "passare il tempo" abbaiando ad ogni minimo rumore che sente. E diventerà ancora più insistente se appartiene ad una razza abbaiona per natura (per esempio i segugi o alcuni cani nordici) o se i proprietari hanno incoraggiato il suo istinto di guardiano... anche se involontariamente (se quando il nostro cane abbaia lo sgridiamo urlando o picchiandolo non faremo altro che incoraggiare il suo comportamento e fargli venire ancora più voglia di abbaiare. Penserà: "guarda un po' urla anche il mio padrone, caspita deve proprio essere una cosa seria, abbaierò ancora più forte!")!
Se il nostro cane abbia insistentemente chiediamoci quindi:
- Lo faccio correre e giocare abbastanza? O si sta annoiando?
- Appartiene ad una razza abbaiona?
- Ho, magari involontariamente, incoraggiato questo comportamento?
• bisogni in casa: prima di puntare il dito contro l'ansia da separazione assicuriamoci che:
- Sono sicuro che il cane riesca a controllare la pipì (o la cacca)? (cuccioli, anziani, animali con patologie che causano incontinenza, per esempio cistite... non hanno un buon controllo della vescica)
- Gli chiedo di trattenere i bisogni per troppo tempo?
- Sono assolutamente sicuro che abbia capito DOVE voglio che faccia i bisogni?
• Eccessivo attaccamento e moltissime feste sono effettivamente due dei segnali più caratteristici e tipici dell'ansia da separazione che diventano però patologici sono in alcuni casi nei quali spesso sono accompagnati da almeno uno degli altri comportamenti descritti.

**Come prevenirla**
Per poter capire come fare per prevenire, o per risolvere, l'ansia da separazione è necessario spiegare il PERCHE' di certi comportamenti e quindi la natura del problema che sta alla base della patologia.
La questione è in realtà piuttosto semplice: eccessivo attaccamento al proprietario con conseguente incapacità, da parte del cane, di affrontare anche la situazione più semplice da solo.
Il cane con ansia da separazione non sopporta quindi stare da solo perchè non riesce a gestire questa condizione. Comincia ad agitarsi, va davvero in panico, così gratta le porte per cercare di raggiungere il padrone, comincia ad essere distruttivo, non riesce a controllare il proprio corpo e così ansima, abbaia, ulula, defeca e urina.
E' ovvio che nella sua testa non c'è l'idea di "fare un dispetto", dobbiamo piuttosto interpretare questi comportamenti come una disperata richiesta di aiuto: "AIUTO! Sono solo, il mio branco non è qui, ho paura!!"
L'ansia da separazione è più facile da riscontrare in certi cani piuttosto che in altri:
• razze per natura meno indipendenti come, per esempio boxer e dobermann
• cani non abituati a stare soli: cani di famiglia da anni sempre in compagnia ad esempio della moglie che si ritrovano soli quando questa inizia a lavorare o cani sempre in compagnia di bambini e babysitter che vengono lasciati soli quando i bambini iniziano ad andare a scuola,...
Per prevenire l'ansia da separazione è importante fare in modo che il cane impari ad essere sufficientemente autonomo, capisca quindi di essere in grado di gestire autonomamente i problemi che gli si pongono.
Questo non significa rendere il cane meno legato al padrone, ma solo renderlo più sicuro e sereno.
Il cane per sua natura tenderà sempre a seguire le indicazioni del proprietario che rimane comunque il suo principale punto di riferimento ma, allo stesso tempo deve imparare che quando il padrone non c'è non è il caso di disperarsi ed andare in panico, ma deve gestire autonomamente la situazione con la consapevolezza che comunque presto il proprietario tornerà.
Ecco quindi cosa fare:
• cerchiamo di abituare il nostro cane, sin da cucciolo, a stare un po' da solo: iniziamo con brevissime assenze di pochi minuti, e, mooolto gradualmente, aumentiamo i tempi. Ricordiamo comunque che nessun cane può essere lasciato troppe ore da solo.
• almeno le prime volte, prima di assentarci, portiamolo a correre, facciamolo stancare, così che il suo unico pensiero, al ritorno a casa, sia di andare a fare un pisolino.
• quando le attese cominciano a farsi un po' più lunghe lasciamogli qualcosa da fare durante la nostra assenza: un osso da sgranocchiare o uno di quei giochi che vanno riempiti di croccantini e che il cane si diverte a svuotare. E' importante che questi giochi non siano sempre lasciati a disposizione del cane o presto verranno considerati poco interessanti: vanno offerti al cane solo quando lo lasciamo solo.
• non sottolineiamo troppo il fatto che stiamo uscendo: niente saluti troppo appariscenti, usciamo come fosse la cosa più normale del mondo, senza carezza, baci, discorsi del tipo "dai fai il bravo che torno subito e ti porto a giocare".
• non incoraggiamo il cane a venirci dietro ad ogni passo per casa, piuttosto premiamolo quando sta tranquillo nella sua cuccia: facciamogli carezze e complimenti e magari diamogli un bocconcino. Ignoriamolo completamente (niente parole, nessun contatto fisico o visivo, non guardiamolo nemmeno) se ci viene dietro in continuazione.
Questi semplici accorgimenti sono il più delle volte sufficienti per evitare che il nostro cucciolo sviluppi ansia da separazione.

**Come curarla**
Come per tutti i problemi comportamentali, la risoluzione dell'ansia da separazione necessita di tempo e pazienza, ma, il più delle volte, con un po' d'impegno e senza farmaci, si da sicurezza al cane, si salva la casa e si evitano liti con i vicini.
Tutto ciò che faremo è finalizzato a rendere il cane più indipendente in modo che, pur mantenendo il legame col proprietario che rimane comunque il suo punto di riferimento, il nostro cane impari a stare da solo senza agitarsi.
Ecco cosa fare:
• insegniamo al nostro cane a non agitarsi quando usciamo: dobbiamo desensibilizzarlo a tutte quelle azioni che normalmente facciamo prima di uscire di casa. Di solito infatti i cani che soffrono di ansia da separazione cominciano ad ansimare e diventare inquieti appena capiscono che il proprietario sta per uscire e che quindi rimarranno soli.
Quando non abbiamo affatto intenzione di uscire mettiamo il cappotto, togliamolo, poi riprendiamo a fare ciò che stavamo facendo, sempre ignorando il cane (non parliamogli, non tocchiamolo e non guardiamolo). Dopo un po' mettiamo le scarpe, prendiamo le chiavi, poi subito posiamole e riprendiamo le nostre faccende domestiche come nulla fosse. Di nuovo mettiamo il cappello, prendiamo la borsa, avviciniamoci alla porta e riposiamo tutto tornando a guardare la tele come fosse la cosa più normale del mondo.
Insomma dobbiamo fare tutte quelle azioni che tipicamente facciamo solo prima di uscire di casa quando però non abbiamo affatto intenzione di uscire. Il cane ormai sa benissimo che vedervi mettere il cappotto, prendere la borsa e le chiavi significa "sto per uscire e tu rimarrai solo" e quindi comincia ad agitarsi. Con questi esercizi, poco alla volta, capirà che non sempre mettere il cappotto significa rimanere soli e comincerà quindi a non prestare più molto caso a questi gesti
Durante le prime prove il cane si agiterà proprio come è solito fare prima che usciate di casa, ma poco alla volta se sarete costanti con gli esercizi reagirà sempre meno, sino a quando rimarrà assolutamente tranquillo.
• al rientro a casa ignoriamo completamente il cane che, sicuramente, ci farà delle feste esagerate, anche se non ci vede da pochi minuti. Non parliamogli, non tocchiamolo e non guardiamolo (il contatto visivo è per i cani molto importante e gratificante) sino a quando non sarà COMPLETAMENTE tranquillo. Solo allora gli andremo in contro e lo accarezzeremo complimentandoci con lui.
Può sembrare crudele ignorare un cane festoso che ci accoglie al rientro a casa, ma è importante per due ragioni: innanzi tutto il cane deve capire che agitandosi non otterrà alcuna attenzione dal suo amato capo e secondariamente in questo modo sdrammatizzeremo un evento che il nostro cane attende con eccessiva ansia: è come se gli dicessimo "si ok, sono tornato, ma non è poi chissà quale novità: vado e torno, vado e torno, non c'è nulla per cui agitarsi tanto". In questo modo quando sarà da solo rimarrà più tranquillo e non vivrà nella continua ansia dell'attesa del rientro del proprietario.
• se ha combinato dei disastri facciamo finta di nulla. Lo so, è difficile, ma è assolutamente necessario. Lasciamo tutto così com'è (per ora) e non sgridiamolo, ignoriamolo del tutto. Solo quando si sarà tranquillizzato lodiamolo, chiudiamolo in un'altra stanza e, con taaanta pazienza mettiamo a posto casa.
E' bene non farci vedere perchè deve credere che non siamo minimamente interessati a tutto quel disordine o potrebbe dargli troppa importanza, specie se ci sono suoi bisogni in giro. Potrebbe pensare che visto che le piante rovesciate o i cuscini buttati per aria interessano tanto il padrone forse sono più importanti di quanto credesse e la prossima volta potrebbe dare loro ancora più attenzioni... distruttive!
E' altrettanto importante non punirlo. Ricordiamo che tutti questi comportamenti sono frutto di un disagio, di un malessere profondo, di una vera e propria ansia che il cane non riesce a controllare. Se venisse picchiato o anche solo sgridato non potrebbe capirne il motivo (non è in sè quando disfa casa) e vedere il padrone arrabbiato senza ragione (dal suo punto di vista, è ovvio) non farebbe altro che aumentare la sua ansia. I disastri si moltiplicherebbero e la risoluzione del problema sarebbe sempre più difficile.
• ignoriamolo completamente (non parliamogli, tocchiamolo o guardiamolo) quando ci viene dietro per casa. Viceversa accarezziamolo, lodiamolo e diamogli qualche succulento bocconcino quando sta tranquillo nella sua cuccia (branda o cesta che sia).
In casi particolarmente gravi questa terapia comportamentale deve essere associata ad una terapia farmacologica che dovrà essere seguita da un medico veterinario comportamentista. In nessun caso si possono ottenere risultati se non si applica con impegno e costanza la terapia comportamentale descritta.
Già dopo la prima settimana si vedranno i primi miglioramenti e tutto sarà più semplice e gratificante.

Fonte: AnimalWeb