

MÉTHODES DE CESAR MILLAN

CHAPITRE : 11

- 1 La séparation et l'anxiété
- 2 Obsessions, fixations

27) LA SÉPARATION ET L'ANXIÉTÉ :

L'anxiété peut engendrer l'énergie hyperactive. Dans la nature, l'anxiété n'est pas courante. La peur, oui ; l'anxiété, non.

C'est seulement quand nous ramenons les animaux chez nous, ou que nous les enfermons, que nous créons chez eux de l'anxiété. L'anxiété peut engendrer le genre de petits cris plaintifs, de longs gémissements, de hurlements.



Que votre chien soit inquiet d'être séparé de vous est normal : c'est instinctif chez lui de s'inquiéter ou d'être triste quand la meute est dispersée, même si cette « meute » n'est composée que de vous et lui.



Et il n'est pas naturel pour un chien d'être enfermé tout seul, toute la journée à ne rien faire.

Votre chien ne peut pas lire un livre ou faire des mots croisés... ni même regarder mon émission à la télévision ! Il ne peut pas dépenser son énergie en votre absence.

Je trouve que les propriétaires de chiens ne savent pas assez souvent reconnaître les symptômes de l'anxiété chez leur animal.

Ils pensent que l'angoisse de la séparation commence quand ils quittent la maison, mais en réalité, elle commence avec l'énergie non libérée qui s'est accumulée depuis que le chien s'est réveillé.

Un maître se réveille, se lave les dents, boit une tasse de café et prépare le petit-déjeuner, et pendant tout ce temps, le chien est là, à faire les cent pas.

Le maître pense : « Oh, c'est juste qu'il aime être avec moi. Il veut s'assurer que je vais bien à longueur de temps. » Tout cela est une fiction que l'être humain crée dans sa tête pour se sentir bien.



Le chien ne vous montre pas à quel point il vous aime, **mais à quel point il est anxieux.**

Si vous quittez votre domicile sans lui donner les moyens de libérer cette énergie, il est évident qu'il développera des troubles liés à l'angoisse de la séparation.

Et causera quelques dégâts !

Je dis à mes clients que la première chose à faire le matin,

C'est d'emmener leur chien faire une longue promenade, courir, ou même à leur séance patin à roues alignées.

En outre, c'est bon pour la santé des humains aussi.



Si vous ne pouvez vraiment pas le faire, mettez votre chien sur un tapis de jogging pendant que vous prenez votre petit-déjeuner ou que vous vous maquillez.

Fatiguez-le vraiment. Puis, c'est le moment de le nourrir.

Lorsque vous quitterez votre domicile, votre chien sera fatigué et repu, et aura naturellement besoin de repos.

Son esprit sera calme-soumis, et il trouvera bien plus logique de passer le reste de la journée à se reposer.

28) OBSESSIONS, FIXATIONS

Quand l'énergie d'un chien n'est pas libérée, il y a une autre conséquence possible : le chien a des obsessions ou fait des fixations.

Elles peuvent porter sur n'importe quoi, **une balle de tennis ou le chat**, mais cela n'est bon ni pour vous ni pour votre chien.

Les maîtres qui courent ou se promènent avec leur chien de façon régulière les aident de la même manière à se vider de leur énergie.



Par ailleurs, le simple fait d'autoriser son chien à rester assis à regarder un chat, un oiseau ou tout autre animal dans la maison peut entraîner une fixation.

Si son maître lui donne un ordre quand il est dans cet état de fixation, le chien n'obéira pas.

Une fixation comme celle-ci est un problème grave elle peut vite entraîner le chien dans la zone rouge.

Beaucoup de gens pensent qu'ils peuvent remplacer les promenades régulières par le fait de sortir son chien et de lui faire rapporter une balle.

Si un maître néglige la promenade et se contente de jouer avec son chien, **ce dernier devra utiliser ce moment de jeu comme le seul moyen de libérer son énergie.**



Quand les loups ou les chiens sauvages chassent, ils sont très organisés.

Ils sont calmes. Ils ne font pas de fixation sur ce qu'ils chassent.

Concentrés, oui ; obsédés, non. L'un est un état naturel, l'autre pas.

Une fixation est comme une dépendance chez un homme et peut être tout aussi dangereuse.

Certains chiens peuvent devenir tellement obsédés par un objet qu'ils attaqueront ou mordront quiconque, chien ou personne, qui essaiera de leur enlever.

Si vous ne prenez pas garde, vous allez droit dans la zone rouge.



Les chiens qui font des fixations mettent notre patience à l'épreuve.



La plupart des gens tentent de faire entendre raison avec des mots à leur animal quand il fait une fixation sur son jouet préféré ou sur une balle de tennis.

Puis, ils passent aux ordres : « Non, lâche-le. Lâche. Lâche. Lâche ! ». Cela ne fait qu'engendrer plus d'énergie d'instabilité et d'excitation chez l'animal.

L'être humain est déjà énervé et en colère contre le chien, car ce dernier n'a pas écouté un mot de ce qu'il dit depuis 10 minutes.

Puis, le maître se décide à attraper le chien et à lui arracher l'objet. Il projette alors une énergie si instable et énervée que la fixation du chien ne fait qu'empirer.



En tentant de lui arracher le ballon ou la planche, ils activaient son instinct de proie, ce qui le rendait encore plus fou.

Un chien obsessionnel, ou qui fait une fixation, a besoin d'un exutoire pour son énergie refoulée : tout commence par une promenade.



Si le chien a ce problème depuis longtemps, vous allez devoir refaire le geste encore et encore, peut-être même pendant des mois.

Chaque fois qu'il c'est calmé et vous écoute, la et à ce moment vous lancer l'objet, **et pas avant**

Rééduquer un chien obsessionnel et qui a des fixations peut sembler nécessiter beaucoup de travail, et ça peut être le cas.

Mais nous devons à nos chiens de faire ce genre d'efforts pour qu'ils deviennent équilibrés.

29) LES PHOBIES

Les phobies sont, pour le dire simplement, des peurs que le chien n'a pas été capable de dépasser.



Un jour, quelqu'un a joué avec lui à un jeu de poursuite en utilisant un crayon laser.

Ainsi il pouvait libérer toute l'énergie qu'il avait accumulée dans ses peurs en pourchassant cette lumière. A partir de ce moment-là, le chien a développé une obsession pour les lumières.

Dans l'esprit du chien, la lumière était devenue son unique moyen de libérer toute l'énergie qu'il réprimait.



Nous, les humains.
Créons des phobies chez les chiens
En réagissant **devant leur peur.**

Un humain qui projetait de la peur n'est en rien différent d'un poulet ou d'un bouc qui projette de la peur. La peur reste de la peur. C'est de l'énergie de faiblesse.

Quand un chien a peur et que nous le réconfortons en lui donnant de l'affection, c'est aussi de la psychologie humaine et non canine.

Non recommandé il faut qu'il se calme avant de donner de l'affection



La prévention !

Pour éviter que votre chien ne crée une phobie

Tout d'abord, vider le chien de son énergie.

Si un chien est fatigué et détendu, il a bien moins de risques d'être phobique.

Tous les troubles que je vous ai présentés peuvent être évités si vous vous rappelez qu'il faut traiter son chien comme un chien, et non comme un humain.