

Bench-training voor je hond in 5 stappen

Een hondvriendelijke en effectieve methode voor het aanleren van de bench.
Door OhMyDog!

INTRODUCTIE

WAT WILLEN WE BEREIKEN?

Een hond die graag zijn bench in gaat als je hem vraagt om naar zijn plaats te gaan.

Een hond die tevreden in zijn bench verblijft tot maximaal 4 uur achtereen, zonder stress, ongemak of verveling.

WAAROM IS DIT EEN ESSENTIELE LEVENSLES?

WAAROM?	SERIEUS, DAAROM!
Veiligheid	<i>Puppy bench = baby play pen. Een veilige plek om niet in problemen te komen.</i>
Zindelijkheid	<i>Bench = hulp bij zindelijk worden. Een handig middel bij zindelijkheidstraining (zie zindelijkheid hand-out).</i>
Bezoek	<i>Bench = eigen kamer. Een plek om rustig te vertoeven met een heerlijk gevulde Kong wanneer Tante Edna (allergisch voor honden) en Tommie (bang voor honden) op bezoek komen.</i>
Dierenarts	<i>Bench = bekende ruimte wanneer een verblijf bij de dierenarts noodzakelijk is. We willen geen angst/paniek voor de bench bovenop de pijn en verwarring na een ingreep of operatie.</i>
Transport	<i>Bench = bekende ruimte gedurende een transport. Bijvoorbeeld tijdens een vliegreis of gewoon in de auto.</i>

WAT HEB JE NODIG

Bench:

1. *Van solide en veilig materiaal;*
2. *Groot genoeg voor je volgroeide hond om zich gemakkelijk in te kunnen draaien;*
3. *Dichte zijkanten (je kunt een deken over de ijzerdraad bench heenhangen);
en*
4. *Aangenaam en veilig dekentje/bed/kleed erin.*

Voertjes/beloningen: DentaStix, Kong of andere voertjes-dispenser (bijv. voerbal), kauwkluif, etc.

LOCATIE VAN DE BENCH

Kies een rustige plek uit voor de bench (niet in de looproute of dichtbij huishoudelijke apparaten, niet vlakbij de voordeur of raam voorkant huis). Let hierbij ook goed op de temperatuur en eventuele tocht.

ONZE METHODE

GELEIDELIJKE STAPPEN EN ZONDER DWANG

Ga niet verder met de volgende stap totdat je hond de huidige stap volledig onder de knie heeft (oftewel 8 van de 10 keer succes op huidige niveau).

Bij het eerste teken van ongemak, ga je direct een stapje terug. Een solide basis zorgt voor een betrouwbaar resultaat van de training.



STAP 1: VRIJ RONDLOPEN

Doel: Je hond wil graag zijn bench verkennen.

Methoden:

1. Gooi interessante speeltjes en voertjes in de bench en wijs ze aan, om je hond aan te moedigen de bench in te gaan. Als hij de bench inloopt, prijs hem en gooi nog meer voertjes in de bench.

OMD! tips:

1. Blokkeer de ingang niet. Laat minimaal 50 cm tussen jou en de bench vrij zodat hij op ieder moment de bench kan verlaten.
 2. Hang niet over je hond heen als hij de bench uitkomt.
 3. Kijk je hond niet rechtsreeks aan als hij de bench uitloopt. Kijk en/of sta zijdelings naar je hond.
 4. Als je je hond beloont, aai hem dan niet boven op zijn hoofd.
 5. Beloon je hond op een vrolijke maar rustige toon.
2. Laat interessante speeltjes en voertjes gewoon in de bench liggen, zodat hij op zijn eigen tempo deze kan ontdekken.

OMD! tip: Gebruik nog geen commando! In deze fase leren we de hond dat het leuk is om zijn bench in te gaan. Een commando voegen we pas toe als we zeker weten dat hij het gedrag betrouwbaar uitvoert.

3. Wanneer je hond bijna in slaap valt, pak hem dan op en leg hem in de bench.

OMD! tip: Als je hond wakker wordt en zich verzet als je hem in de bench legt, doe het dan niet. Het heeft geen zin om aversie te ontwikkelen.

STAP II: ZEG 'NAAR JE PLAATS'

Doel: Je hond gaat de bench in op jouw aanwijzing.

Methode:

1. Zeg 'naar je plaats'
2. Wijs naar de bench
3. Je hond gaat erin
4. Prijs hem met je stem
5. Beloon hem met een voertje
6. Zeg 'vrij'
7. Lok hem naar buiten met een voertje

OMD! tip: Fluister het commando eens op een vrolijke toon. Honden gehoorzamen sneller op een vriendelijk verzoek dan op een commando dat met dwang/intimidatie wordt gegeven (dat laatste zorgt juist eerder voor een hond die zich afsluit ipv reageert).

STAP III: IN DE BENCH BLIJVEN (OPEN DEURTJE)

Doel: Je hond wil graag in de bench zijn, maar oefen dit voorlopig wel nog met een open deurtje.

Methode: Start met 20 seconden, voer dan langzaam de tijd op tot 5 minuten.

Voer de tijdsduur pas op, zodra de hond 8 van de 10 keer een bepaalde tijdsduur in de bench kan verblijven.

1. Plaats een flinke kluiw/bot of goedgevulde Kong in de bench, waardoor de hond enige tijd in de bench blijft om dit te verorberen.
2. Zeg 'naar je plaats'
3. Wijs naar de bench
4. (Hond gaat de bench in)
5. Prijs hem met rustige woorden
6. Als hij niet aan de kauwkluiw/Kong begint, geef hem dan met de hand meerdere voertjes (of een andere voerbewoning die iets meer tijd kost om op te eten, zoals een DentaStix), zodat hij in de bench blijft.
7. Dan, vlak voordat hij de bench uit wil lopen, wijs je naar buiten de bench...
8. ... zeg 'vrij', end
9. Lok je hem naar buiten met een voertje

OMD! tips:

1. Blijf dichtbij de bench, maar kijk je hond niet constant aan. Ga rustig zitten en lees een boekje.
2. Ga niet te snel (waardoor je gegarandeerd de fout in gaat) en verlang niet van je hond om langer in de bench te blijven dan dat hij aankan. Hiermee vertraag je eerder het leerproces omdat hij dan een hekel aan de bench kan krijgen.
3. Wanneer je de tijd langzaam gaat verlengen, gebruik dan ook voerbeloningen waar je hond langer mee bezig is.

STAP IV: IN DE BENCH BLIJVEN (GESLOTEN DEURTJE)

Doel: Nu leer je de hond aan om in een gesloten bench te verblijven.

Methode: Start met 20 seconden, voer dan langzaam de tijd op.

Voer de tijdsduur pas op, zodra de hond 8 van de 10 keer een bepaalde tijdsduur in de bench kan verblijven. Neem een stapje terug als je merkt dat je hond zich niet prettig gaat voelen.

1. Zeg 'naar je plaats'
2. Wijs naar de bench
3. (Hond gaat de bench in)
4. Geef hem een voertje dat zijn aandacht zal opslokken (bijv. DentaStix).
5. Sluit zachtjes het deurtje.
6. Als hij klaar is met het voertje, wacht dan even tot hij merkt dat het deurtje van de bench dicht is.
7. Dan, geef hem nog een voertje of kauwkluijfe.
8. Als hij klaar is met het opeten en hij is niet rustig gaan liggen,
9. ... zeg 'vrij'
10. Open de deur
11. Lok hem de bench uit met een voertje

OMD! tips:

1. Als je de duur opbouwt, zorg dan dat je zelf met een boek of laptop op schoot in de buurt kunt blijven.
2. Blijf dichtbij de bench, maar kijk je hond niet constant aan. Ga rustig zitten en lees een boekje.
3. Zo nu en dan open je het deurtje terwijl je hond bezig is een een kauwkluif of Kong, zodat hij zelf kan bepalen om de bench wel of niet te verlaten. Zo leert hij dat het ook in de bench leuker kan zijn dan daarbuiten.

STAP V: BLIJVEN (ANDERE KAMER)

Doel: Nu leer je de hond om in de bench te verblijven terwijl jij in een andere kamer bent.

Methode: Voer de tijdsduur pas op, zodra de hond 8 van de 10 keer een bepaalde tijdsduur in de bench kan verblijven. Neem een stapje terug als je merkt dat je hond zich niet prettig gaat voelen.

1. Zeg 'naar je plaats'
2. Wijs naar de bench
3. (Hond gaat de bench in)
4. Geef hem een voertje dat zijn aandacht zal opslokken (bijv. DentaStix).
5. Sluit zachtjes het deurtje.
6. Verlaat rustig de kamer, sluit de deur achter je.
7. Keer direct terug.
8. Blijf in de buurt van de bench en zodra hij klaar is met zijn voertje
9. ... zeg je 'vrij'
10. Open de deur
11. Lok hem naar buiten met een voertje

Herhaal al deze stappen, iedere keer met een iets langere tijdsduur dat je de kamer uit bent.

OMD tips:

1. Maak geen ophef wanneer je de hond uit zijn bench laat. Je wilt hem juist leren dat de bench een prettig en veilige verblijfplaats is.
2. Als je terugkomt in de kamer, open dan niet direct het deurtje maar loop even nonchalant en rustig door de kamer. Zo ontstaat er geen onnodige opwindning direct bij jouw terugkomst.

Waarschuwing:

1. Laat je hond niet zonder toezicht met een kauwklui of een bot. Het kan splinteren of je hond kan zich verslikken/stikken.
2. Inspecteer de speeltjes regelmatig op beschadigingen en vervang ze tijdig wanneer stukjes loslaten.

DE VALKUILEN VAN BENCH-TRAINING

Waarschuwing:

1. Duw je hond **nooit** zijn bench in. Lok hem altijd.
2. Gebruik de bench **niet** als strafmiddel of time-out plek.
3. De bench is geen oplossing tegen verlatingsangst.
4. Laat je hond **niet langer dan 4 uur** achtereen in de bench.

1. & 2. DE BENCH GEBRUIKEN ALS STRAFMIDDEL OF JE HOND ERIN DUWEN

Risico's:

Je hond kan hierdoor:

1. Een hekel krijgen aan de bench, waarmee je het trainingsproces immens vertraagt;
2. Angst agressie ontwikkelen naar jou in de buurt van de bench, dit kost niet alleen veel tijd op te herstellen maar beschadigt ook de vertrouwensband tussen jou en de hond; en
3. Nooit leren om zich gehoorzaam te gedragen in de bench – door dwang zal hij niet leren.

3. DE BENCH GEBRUIKEN ALS OPLOSSING BIJ VERLATINGS- PROBLEMEN

Risico's/oorzaken:

Als je hond meubilair en spulletjes kapot kauwt wanneer hij alleen is, kan het zijn dat hij verlatingsangst heeft of dat hij zich verveelt (of beide). Een bench zal dit alleen maar verergeren.

Verlatingsangst kan, als je er niets mee doet, leiden tot problemen met de burens of huisbaas, kostbare schade of een hond die zichzelf bezeert (paniek in een bench kan zeer vervelende gevolgen hebben).

Alternatieve oplossingen voor een hond die niet alleen kan zijn:

Preventie/behandeling: train je hond preventief om alleen thuis te blijven (check onze hand-out over [je hond leren alleen thuis te zijn](#)). Als het probleem al diepgeworteld is, neem dan gerust contact met ons op voor advies (info@ohmydogschoon.nl).

Management: gebruik babyhekjes en creëer zo een veilig gedeelte in de woonkamer waar je hond alleen kan achter blijven. Wanneer je weggaat, strooi/verstop je voertjes, leg je voerdispensers neer (veilige) en speeltjes zodat je hond zich kan vermaken.

4. JE HOND LANGER DAN 4 UUR ACHTERLATEN IN DE BENCH

Risico: Je tast het welzijn van je hond daadwerkelijk aan wanneer je hond onnodig lang moet verblijven in de bench.

Alternatieven: Als je de bench gebruikt omdat je hem niet constant in de gaten kunt houden, overweeg dan om babyhekjes of een playpen te plaatsen.

Je kunt ook een puppy oppas of hondenverzorger inhuren voor enkele keren per week, zodat hij niet te lang in de bench hoeft te verblijven. Neem gerust contact met ons op voor aanbevelingen/doorverwijzingen (info@ohmydogschoon.nl).

VEELGESTELDE VRAGEN

MIJN HOND TOLEREERT GEEN ENKELE AFSTAND VAN MIJ EN HAAT ZIJN BENCH

Oorzaak: Je hond lijdt waarschijnlijk aan ernstige verlatingsangst.

Oplossing: Neem contact op als het verergert: info@ohmydogschoon.nl.

IK WIL DAT MIJN HOND VANAF DAG 1 GEWOON IN DE BENCH KAN SLAPEN, MAAR HIJ IS NOG NIET GEWEND AAN EEN BENCH

Bench in slaapkamer: Plaats de bench 's nachts naast je bed, verplaats deze dan stapje-voor-stapje iedere nacht iets verder weg. Totdat de bench op de gewenste plek staat. Zo is de overgang naar het alleen zijn niet zo groot.

Leg een lekker zacht dekentje en verschillende speeltjes in de bench.

Als hij het te moeilijk vindt: Als hij echt in paniek raakt in de bench loop je het risico dat hij een echte aversie ontwikkelt tegen de bench. Overweeg dan een mand in je slaapkamer (overdag oefen je dan met de bench-training totdat hij ook 's nachts rustig in de bench kan verblijven) of plaats babyhekjes (zie hieronder). Als hij alleen protesteert (en geen paniek vertoont), negeer dit gedrag dan volledig totdat hij vanzelf in slaap valt.

Babyhekjes: Als je een bench wilt gebruiken 's nachts zodat hij niet vrijelijk door het huis kan rondzwerven, overweeg dan een mand in een veilige zone (gedeelte kamer afgezet met babyhekjes). Is je hond nog niet zindelijk, bekijk dan onze zindelijkheidstraining hand-out.




TER AFSLUITING

Zoals alle vaardigheden, moet je klein beginnen met het aanleren van de bench training en in kleine stapjes opbouwen.

Zelfs als de hond al volledig gewend is aan de bench, vergeet niet om je hond regelmatig te belonen met voertjes, vooral wanneer hij rustig ligt.

Als je het gevoel hebt dat je niet verder komt, neem dan gerust contact met ons op voor advies (info@ohmydogschool.com).

GERELATEERDE DOCUMENTEN

-  Zindelijkheidstraining
-  Socialisatie checklist
-  Je hond leren alleen te blijven