

Benchtraining

Een bench is een uitermate handig hulpmiddel bij de opvoeding van jouw hond. Denk bijvoorbeeld aan de zindelijkheid die sneller aan te leren is, of het voorkomen van het stukbijten van je meubels als je even niet thuis bent. Veel mensen denken dat het zielig is om je hond in een bench op te sluiten, maar bij een goede manier van benchtraining zien honden een bench als een veilige haven. Voorwaarde is wel dat dit stapsgewijs **aangeleerd wordt; de hond moet leren dat een bench niet eng is maar juist leuk!**

Een goede manier van benchtraining kost tijd en moeite! Het is belangrijk dat je dit stap voor stap aanleert in de tijd die voor jouw hond nodig is. Ga pas door met de volgende stap als jouw hond de vorige stap zonder problemen uit kan voeren!

Ga je te snel of dwing je jouw hond tot opsluiting dan zorg je ervoor dat jouw hond nooit zal wennen aan een bench. Met dwingen bedoelen wij dat je de hond dus niet voor straf in zijn bench zet. De bench moet de hond een veilig gevoel geven.



Heb je nog geen bench? Op deze adressen kun je er relatief goedkoop eentje aanschaffen:

- De Huisdiervoordeelshop op Orthen in 's-Hertogenbosch
- www.marktplaats.nl
- www.witjesverzendhuis.nl

Hoe groot moet de bench zijn voor een puppy? Hij moet er comfortabel in kunnen liggen, draaien en staan. Zorg wel dat de bench niet te groot is, anders bestaat de kans dat de pup zich aan de andere kant van de bench gaat ontlasten en dat maakt de zindelijkheids-training erg lastig.

Als je onderstaande stappen doorloopt, dan heb je jouw hond al snel bench klaar gemaakt! *(Verder in dit document geven wij per stap nog aanvullende informatie)*

- 1) Zet de bench op een rustige plek in de gewenste kamer en zorg dat de hond alleen de bench heeft om in te liggen, dus geen ander kleed of kussen in dezelfde ruimte.
- 2) Zorg dat jouw hond voldoende beweging en uitdagingen heeft gehad, dus moe en voldaan is.
- 3) Maak gebruik van de lekkerste beloning ooit (hap, slik weg)



- 4) Leg dagelijks een paar keer wat lekkers in de bench met het deurtje open. Je kunt ook een kluif, gevulde Kong of zijn dagelijks portie eten in de bench geven!
- 5) Laat de hond uit zichzelf de bench inlopen (niet lokken of dwingen)
- 6) Laat het deurtje open, ook als je hond in zijn bench is/blijft!
- 7) Pas als jouw hond uit zichzelf in de bench gaat liggen ga je er de volgende keer een commando koppelen. Zodra jouw hond met 4 poten in de bench staat, zeg je "plaats" (of bench, of net welk woord jij wilt gebruiken).
- 8) Kent jouw hond het commando? Dan stop je met het voer in de bench leggen, maar krijgt hij het pas als hij IN de bench staat/licht.
- 9) Je gaat nu pas de hond laten wennen aan een gesloten deurtje terwijl hij met een Kong of kluif aan de gang gaat. Blijf zelf wel in de buurt van je hond. Open het deurtje weer net voordat hij klaar is met zijn maaltijd. Gaat hij piepen voor die tijd? Negeer hem dan, ga desnoods even weg en kom pas terug als hij stil is en open dan pas het deurtje.
- 10) Gaat dit goed? Dan ga je de tijd uitbreiden: open het deurtje pas als hij klaar is met eten en vervolgens nog iets langer na het eten etc.
- 11) En nu ga je afstand inbouwen: verlaat even de kamer, verlaat wat langer de kamer etc etc.
- 12) Nu kun je steeds even de bench dichtdoen als hij slaapt of omdat hij gewoon even op zijn plaats moet blijven.
- 13) Nu is jouw hond klaar om het alleen thuis blijven te gaan oefenen, succes!



BELANGRIJK

- De bench is een hulpmiddel en zeker niet bedoeld om je hond de hele dag zijn vrijheid te ontnemen! Hou hier rekening mee. Zorg dan ook dat als je jouw hond in de bench wilt hebben, hij voldoende beweging en spel heeft gehad zodat hij zijn nodige rust in de bench kan nemen;
- Een hond die op een goede manier heeft geleerd in de bench te liggen, zal minder snel geneigd zijn zich te "verzetten" als hij voor een lange periode in de bench ligt. Maar het te vaak en te lang opsluiten van je hond heeft andere nadelige effecten op



het gedrag van jouw hond. Denk bijvoorbeeld aan psychische problemen zoals dwangmatig gedrag of zelfverwonding! Ga er dus goed mee om;

- Zindelijkheidstraining met een bench is vele malen makkelijker en sneller aan te leren. De meeste pups bevullen hun nest namelijk niet, en zullen dat ook niet snel doen in een bench. Het is wel noodzaak om je hond direct uit te laten als hij uit de bench komt;
- Tijdens vakantie of een dagje uit is een bench ook een uitkomst. De hond heeft altijd een plek waar hij zich veilig voelt en om zich even terug te trekken;
- Een bench is ideaal als er rondkruipende en rennende kinderen in huis zijn. De hond heeft een plek waar hij rustig kan gaan liggen en niet bang hoeft te zijn voor kinderen die op hem vallen, in hem klimmen of aan zijn staart trekken. Laat de hond wel aan kinderen wennen maar op een gedoseerde manier. Het is wel belangrijk om kinderen aan te leren de hond met rust te laten als hij in de bench zit, zo voorkom je probleemgedrag. Een bench is echter GEEN oplossing voor het gedrag van kinderen; ook zij moeten leren hoe ze respectvol met honden om moeten gaan. Zie hiervoor onze beschrijving Kind & Hond;
- Als een hond **al angstig is en niet alleen thuis kan blijven** zal hij ook niet in een bench alleen thuis kunnen blijven. Het is belangrijk om de hond eerst van zijn angst af te helpen. Vraag bij ons naar de mogelijkheden, indien nodig verwijzen wij je door naar **een gedragstherapeut**.

MEEST GEMAAKTE FOUT

Als trotse eigenaar haal je je puppy op van de fokker en neemt hem in jouw armen mee de auto in op weg naar huis. Ook voor de nacht heb je alles al klaar gezet en de bench staat al meteen op de plek waar je wilt dat jouw hond 's-nachts komt te slapen. Je volgt netjes het advies van de fokker op en je stopt je hond meteen al in zijn bench. Speeltje erbij, iets dat naar jou ruikt en klaar is Kees.....totdat het puppy het 's-nachts op een krijsen zet. Ook nu volg je het meest gehoorde advies op en je laat jouw puppy een paar nachten gillen en krijsen. De burens had je namelijk ook al gewaarschuwd dat er een puppy in huis kwam. Na een paar nachten valt het puppy uiteindelijk in slaap.....van oververmoeidheid.

Bovenstaande scenario horen we heel vaak op het trainingsveld. Jammer genoeg. Want het hondje heeft al geleerd om de bench te wantrouwen en het is wel een hele ruwe manier om een babyhondje aan zijn verblijfplaats te laten wennen. Gelukkig weten we tegenwoordig beter. Nu neem je het puppy mee naar de slaapkamer zodat je hem zachtjes pratend 's-nachts kunt geruststellen. Stapje voor stapje zet je de bench steeds iets verder weg en



uiteindelijk slaapt jouw hondje vol vertrouwen na een paar weken op de plaats waar je wilt dat de bench definitief komt te staan. Hondje blij, burens blij, jij blij ☺. En wij ook blij.



[Hieronder volgt per stap nog aanvullende informatie die jou en je hond helpen in het oefenen met de bench.](#)

1) Plek voor de bench

Zoek een aangename plek voor het plaatsen van de bench. Hou rekening met tochtvrije plekken en zet hem ook niet direct naast de verwarming.

Heb je jouw hond de eerste dag in huis? Dan is het wellicht handig om te beginnen in je eigen slaapkamer voor de eerste paar nachten. Dit geeft jouw hond een veilig gevoel en je kunt de bench geleidelijk aan verder weg zetten tot deze op de gewenste definitieve plek staat (stap voor stap de afstand opbouwen)

2) Beloning voor in de bench

Een hond doet iets omdat het hem iets oplevert of omdat hij wil dat iets engs weggaat. Dit betekent dat jij iets ontzettend lekkers zult moeten vinden voor jouw hond om te zorgen dat hij uit zichzelf de bench in loopt om dat lekkers op te eten. Ga dus van te voren na welk lekkers dat is voor jouw hond, en gebruik dat lekkers ook alleen maar voor de benchtraining. Je kunt het lekkers ook afwisselen. Je gebruikt dan bijvoorbeeld drie verschillende lekkere dingen. Op deze manier houd je het spannend voor de hond welk lekkers hij nu weer krijgt.

3) Voldoende beweging en uitdagingen

Voordat je met oefenen begint zorg ervoor dat je voldoende gewandeld hebt en je jouw hond ook voldoende uitdagingen (spelen) hebt gegeven. Zo is hij moe en voldaan en is



de meeste energie in zijn lijf verdwenen. Het oefenen zal net even wat makkelijker gaan dan met een hond die nog volop in beweging is en alleen maar wil spelen.

4) Lekkers in de bench

Dit is nodig om ervoor te zorgen dat jouw hond de bench ontzettend geweldig leuk gaat vinden. Dat dit geen enge of nare plek is maar een geweldige locatie die hem wat oplevert en een veilig gevoel geeft. Je zou ook iedere keer dat het etenstijd is voor jouw hond, zijn eten in de bench kunnen geven. En voor de verandering zou je dat eten ook in een Kong kunnen stoppen. Honden vinden dit geweldig en als ze de Kong leeg hebben, zijn ze meestal extra moe! Al dat lekkers is nodig zodat de hond een verband leert leggen tussen het eten en de bench (= klassieke conditionering). Hij zal dus graag naar de bench willen gaan.

5) Uit zichzelf de bench in laten lopen

Het is belangrijk dat jouw hond **uit zichzelf** de bench inloopt om dat lekkers op te gaan peuzelen. Een hond die zichzelf iets aanleert leert vele malen sneller dan wanneer we hem op commando of onder dwang iets laten doen.

Ga je te snel of dwing je jouw hond, dan zal dat een averechtse effect hebben; jouw hond zal niet snel uit zichzelf de bench in gaan, en hij zal het niet prettig vinden om in de bench te zitten. De kans op ongewenst gedrag in de bench is groot. Denk hierbij aan janken, piepen, proberen te ontsnappen. De hond kan in paniek zijn en heeft absoluut last van stress.

Wil de hond zijn kluif/kong of lekkers meenemen naar een andere plaats? Breng dat dan rustig terug naar de bench en ga zeker nog niet verder met de volgende stap.

Valt je hond op een andere plek in slaap? Breng hem dan naar zijn bench, zo leert hij dat zijn bench DE beste slaapplek van de wereld is.

6) Deurtje open laten

Het is belangrijk om de hond eerst te laten wennen aan de bench met de deur open. Voor een hond is een open of gesloten bench een enorm verschil! Het zijn 2 verschillende oefeningen voor een hond.

Hij ziet de bench ook nog niet als veilige haven, en zoekt nog houvast bij jou als zijn baasje. De hond gaat de bench pas al veilige haven zien nadat hij meerdere positieve ervaringen heeft opgedaan in deze bench.

Ga je te snel het deurtje sluiten dan voelt de hond zich letterlijk en figuurlijk opgesloten en kan hij in paniek raken. Dan ben je eerder een stap terug dan de stap waarmee je begonnen bent!



7) Koppelen van een commando

Zodra jouw hond een aantal keren uit zichzelf in de bench is gaan liggen, is het tijd om een commando te gaan koppelen. Zorg dat het commando dat je kiest uniek is voor het naar de bench sturen van je hond en dat het een woord is dat de hond nog niet kent.

Het is belangrijk dat je over een goede timing beschikt. Zolang de hond niet volledig in zijn bench staat, zeg je nog niets. Pas als hij met 4 poten in de bench staat, zeg je duidelijk: "plaats" (of welk commando je hebt gekozen) en geeft hem een extra beloning dat hap slik weg is.

Let er op dat je alleen het commando zegt en er geen hele zinnen voor of achteraan zegt. Hoe meer woorden je gaat zeggen hoe moeilijker het voor je hond is om te ontdekken wat nu het commando is.

Iedere keer dat jouw hond zelf in zijn bench gaat zeg jij het commando. Dat wordt dus even heel goed opletten!

8) Je hond kent het commando

Zodra jouw hond het commando kent hoef je de voertjes niet meer in de bench te leggen. Je gaat het lekkers pas geven als hij in de bench gaat op commando. Het lekkers wordt dus de beloning voor het naar de bench gaan op commando.

Je controleert of jouw hond het commando kent door het door jouw gekozen commando te zeggen tegen hem als hij NIET in zijn bench zit. Als hij dan naar zijn bench gaat en er met 4 poten in staat kent hij het commando! Beloon hem hiervoor! Probeer dit overigens 1x... moet je het nl vaker zeggen dan begrijpt jouw hond het commando nog niet en ga je terug naar stap 7.

9) Laten wennen aan gesloten deur van de bench

Nu jouw hond aan de bench is gewend en zich op zijn gemak voelt, is het tijd om het deurtje te introduceren. Zorg ervoor dat jouw hond iets te doen heeft terwijl jij het deurtje even dicht doet. Zo haal je zijn focus van het deurtje naar het wat anders wat super leuk is! Gebruik hiervoor een kluif of kong of gewoon zijn dagelijkse maaltijd.

Terwijl de hond zijn lekkers eet, sluit jij even het deurtje. Blijf wel bij hem in de buurt. Net **voordat** jouw hond klaar is met zijn maal, open je het deurtje weer. Zo voorkom je dat jouw hond zich druk kan gaan maken om de gesloten deur. Hij mag er gewoon weer uit.

Piept of jankt de hond in de bench? Negeer hem dan. Houdt hij niet op? Ga dan even de kamer uit. Hij zal even een moment stil zijn (heb geduld!) en dat is het moment om weer terug de kamer in te komen. Zo leert hij dat piepen en janken geen zin heeft en dat juist stil en rustig zijn hem iets opleverd.



10) Tijd opbouwen

Nu ga je oefenen op het uitbreiden van de tijd. Blijf zelf ook in dezelfde ruimte. Open het deurtje bijvoorbeeld pas nadat de hond zijn maaltijd op heeft, daarna iets langer nadat hij zijn maaltijd op heeft.

Ga niet te snel een te lange periode oefenen, dit kan ervoor zorgen dat jouw hond onrustig wordt en je dus weer een stap terug moet doen.

Hou je hond in de gaten en ben hem iedere keer een stapje voor. Dit valt niet mee, het is best moeilijk om te zien wanneer je in moet grijpen. Maar door het intensief oefenen wat jullie hebben gedaan leer je snel genoeg het gedrag van jouw hond herkennen.

Als je het deurtje weer opent ga dan je hond niet uitbundig belonen. Je wilt je hond graag rustig houden en het verschil tussen in de bench en gewoon rond kunnen lopen moet niet al te groot zijn. Je wilt namelijk ook afstand inbouwen en uiteindelijk het alleen thuis blijven in de bench.

11) Afstand opbouwen

Als hij voor langere tijd ontspannen in de bench kan blijven is het tijd om de afstand op te bouwen. Ga even de kamer uit. Doe dit kort en niet gelijk voor een langere tijd. Dit zijn namelijk 2 verschillende dingen. Je bent al uit zicht voor de hond, dat is al moeilijk genoeg. En het is de bedoeling dat de hond zich veilig blijft voelen in de bench.

Ga dus even de kamer uit en kom na een paar seconden weer terug. Het gaat er om dat je even uit beeld bent. Gaat dit goed dan kun je de tijd dat je uit zicht bent uit gaan bouwen.

Piept of jankt jouw hond net voordat je terug wilt lopen? Blijf dan nog even weg en kom pas terug als jouw hond stil is.

12) Oefenen in dagelijkse dingen

Je hebt nu zo goed geoefend dat het tijd is om op andere momenten van de dag het deurtje even dicht te doen. Ligt de hond in zijn bench te slapen? Doe even het deurtje dicht. Wordt hij wakker en blijft hij rustig wachten of zich bezighouden met een speeltje? Dan kun je het deurtje weer open doen.

Ben je even weggeweest uit de kamer en je komt weer terug? Laat de hond dan nog even in zijn bench en doe iets later het deurtje pas open. Je kunt uiteraard al wel iets tegen hem zeggen. Zo leert de hond dat het weer zien van het baasje niet direct betekent dat het deurtje open gaat.



13) Alleen thuis blijven

Je hond is nu helemaal gewend aan de bench en ziet zijn bench als veilige haven. Nu kun je je hond stapsgewijs leren alleen thuis te blijven. Voor een volledige beschrijving van deze oefening zie in het menu "Jouw hond leren alleen thuis te blijven".

